

B. N. C

FIRENZE

1184

8

1184.8

81 110 8

DISCORSI DELLA VITA SOBRIA

DEL SIG. LVIGI CORNARO.

Ne' quali con l'esempio di se stesso dimoitra con quai mezzi possa l'huomo conseruarsi sano insin'all'vltima vecchiezza.

NUOVAMENTE RISTAMPATI ET DEDICATI.

ALL' ILLVSTRISS. ET REVERENDISS.
MONSIG. MARCO CORNARO
VESCOVO DI PADOVA.



IN ROMA, Appresso Giacomo Mascardi. MDCXVI.

Con licenza de' Superiori.



DISCORSE
DELLA VITA
SOPRA LA
*Imprimatur, si videbitur Reuerendiss. P. Mag. Sacri Palatij Apo-
stolici.*

Cesar Fidelis Vicegerens.

Imprimatur.
Fr. Gra. Donatus Romanus Reuerendiss. P. Fr. Hyacinthi
Petr. m. Sacri Palatij Apostolici Magistri Socius, Ord.
Præd.

MONTE MARCO COCCIANO
VENEZIA IN TABERNA



ILLVSTRISS. ET REVERENDISS. SIG.

SIG. MIO PATRONE
BENIGNISSIMO.

QUASI opinion comune, che fra li beni di questa vita la fanità riesca il primo: onde con giusta causa fù chiamata dono del Cielo, gratia della Natura, & vero frutto del viuer regolato: all'acquisto, & conseruation della quale certo non si proua il miglior mezzo, che la santa sobrietà. Io, che molti libri à tal'effetto hò spoluerati, non hò hauuto alle mani Opera ne più reale, ne più vtile, ne più giocanda di questa dell'Illustrissimo Signor Luigi Cornaro; la quale hò voluto io far *dar* di nuouo alla stampa, non tanto per dedicarla à V. S. Illustrissima, à cui veramente si deue per ogni rispetto, & di sangue, & di virtù, & di merito, & d'imitatione, quanto per rimetterla nel guasto Mondo à gloria dell'Autore, à beneficio

* 2 di chi

di chi brama viuer fano lungo tempo, &
à confusione di chi opera in contrario.
Supplico V. S. Illustrissima à gradire
questo pensiero dell'obligata mia deuotione,
& à credere che io non hò altro intento,
che di spendere per lei quella vita, che del continuo riceuo,
& riconosco dall'infinita sua benignità; Nella quale,
come in lucidissimo specchio di gloriosa fama,
contemplando ammiro la sacrosanta Religione di vero Prelato,
la memorabil prudenza de suoi maggiori, e'l sempre viuo splendore della Eroica sua famiglia.
Qui confuso fermo la penna, & à V. S. Illustrissima profondamente
inchinandomi reuerentissimo bacio la veste. Di Roma al 1. di Gennaro.

Di V. S. Illustris. & Reuerendis.

Humilis. & obligatis. seruitore.

Giorgio Gennaro.

AD

AD ILLVSTRISS. ET REVERENDISS. D. D.

MARCVM CORNELIVM

EPISCOPVM PATAVINVM

DE ALOYSII CORNELII LIBRO

De vita ^{propaganda}, moderate & parce viuendo

EPIGRAMMA.



CORNELIORVM Regia domus decus
 Aloysius, vere aureo libro docet,
 Qua prorogemus arte vitam hanc
 perbreuem,

Sitim leuando parciter, parcè & famem.
 At Marce tu, qui Presules inter micas
 Minora qualis inter astra Cynthia,
 Qua prorogemus arte vitam calitum;
 Dies beatos edoces; sed pauperum
 Sitim leuando largiter, large & famem.
 Vterque vitam scilicet producit,
 Discrimine sed hoc; tu facis, solum hic docet;
 Tu permanentis, hic fugacis saculi,
 Tu largitate, hic parcitate prorogat.

Georgius Ianuarius.

DEL

DEL LIBRO DELL' ILLVSTRISS. SIG.
LVIGI CORNARO.

All' Illustrifs. & Reuerendifs. Monfig.

MARCO CORNARO
VESCOVO DI PADOVA.

GIORGIO GENNARO.



*PIEGA Luigi al Mondo in bei colori
Come fugga di morte il fiero strale;
Come tra tanti error, tra tanti horrori
Goda del chiaro Ciel l'aura vitale.*

*Quasi Giove mortal Marco immortale
Per dar la vita ancor piove tesori,
E già la pronta Parca al nostro male
Hà più volte allungati i suoi lauori.
Onde due gran Cornari il Mondo addita,
Che d'ingegno, è Pietà sù l'ali accorte
Trouan nel Ciel d'honor la via spedita.
Ma ceda pur gran Marco à la tua sorte
Luigi, che togliendo altrui dà vita,
Che tu col dar altrui togli la morte.*



DEL

DEL MEDESIMO LIBRO

All' Illustriss. & Reuerendiss. Monfig.

MARCO CORNARO

VESCOVO DI PADOVA.

GIORGIO GENNARO.



*VESTI che in parca Mensa
Largo alimento di salute appresta,
E della Morte arresta
Il passo, aprendo il corso à vita immessa,
Di tua stirpe real degno rampollo
Fù, ben degno d' Apollo,
Nè dissimil à tè: se non che scarso
Ei di delitie; largo
Fù di douitie il ben altrui compite,
Così per varia traccia vn fine ambite,
Sostenendo il salubre
Di donar vita altrui publico incarco,
Tu liberal, ei parco.*



DEL

DEL MEDESIMO LIBRO.
GIORGIO GENNARO.



*VEST'ingegnosa usura
Con cui per prolongar vita mortale
Nobil guadagno fà dell'immortale
Il nouello Esculapio ;
Forza è che sforze il fato, e la Natura
Mentre chiude le porte
A la vecchiaia, al morbo, e à la Morte .*



V

TRATTATO
DELLA VITA
SOBRIA
DEL SIG. LVIGI
CORNARO.

CERTA cosa è, che l'vso ne gli huomini col tempo si conuerte in natura, sforzandogli à vfare quello, che s'vfa, sia bene ò male. Parimente vediamo in molte cose hauer la vfanza più forza, che la ragione; che questo non si può negare; anzi bene spesso si vede, che viando vn buono, & praticando con vn cattiuo; di buono che era, si fa cattiuo. Si vede anchora il contrario, cioè, che si come facilmente la buona vfanza in ria si conuerte, così anchora la ria ritorna in buona: perche poi vediamo, che questo maluagio, che prima era buono, pratticherà con vn buono, e lo ritornerà buono, & ciò non procede se non per la forza dell'vso, laquale è veramente grande. Ilche vedendo io, & considerando, che per esser lui di tanta passanza, si sono introdotti in questa nostra Italia da non molto tempo in quà, anzi alla mia etade, tre mali costumi. Il primo è l'adulatione, & le cerimonie. L'altro il viuer secondo l'opinion Lutherana, che pur da alcuni si và mettendo à gran torto in consuetudine. Il terzo, la crapula; i quali tre vitij,

A anzi

2 TRATTATO DELLA

anzi mostri crudeli della vita humana, hanno tolto a' nostri à tempi deprimere la sincerità del viver civile, la religione dell'anima, & la sanità del corpo; ho deliberato di trattar di questa vltima, & di dimostrar, che è abuso, per leuarla, se si può: che quanto all'opimioni Lutherane, & al terzo, che è l'adulatione, son certo, che tosto qualche gentile spiri: o torrà il carico di biasimarle, & leuarle dal Mondo: così spero prima ch'io mora veder leuati & estinti questi tre abusi d'Italia, & lei ridotta, a' suoi primi belli, & santi costumi. Venendo dunque à quello, di che mi hò proposto di parlare; circa la crapula, dico che è mala cosa ch'ella habbia spenta la vita sobria, & sì grandemente sottomeffa. Che se ben da ogn'vno si sà, che la crapula procede dal vizio della gola, & la vita sobria dalla virtù della continenza, niente dimeno è sentira la crapula per cosa virtuosa, & honoreuole, & la vita sobria dishonoreuole, & da huomo auaro: & tutto procede dalla forza dell'vso introdotta dal senso, & dall'appetito; i quali hanno tanto adescati, & inebriati gli huomini, che lasciata la buona via, si son dati à seguir la peggiore; laquale gli conduce, che non se ne aueggono, à strane, & mortalissime infermità, inuechiandouisi; che auanti che peruenghino all'età di quaranta anni, sono decrepiti: all'opposito di quello che fa ceua la vita sobria, che gli tencua prosperosi nelli ottanta anchora, prima che fosse discacciata da questa mortifera crapula. O misera & infelice Italia, non te n'auedi, che la crapula t'ammazza ogni anno tante persone, che tante non ne potrebbero morire al tempo di grauissime pesti-

pestilenze, nè di ferro, ò di fuoco in molti fatti d'arme; che fatti d'arme sono i suoi veramente dishonesti banchetti, che s'vsano, iquali sono sì grandi, & sì intollerabili, che le tauole non si possono far sì capaci, che vi sia luogo, per l'infinite viuande, che sopra vi si portano; onde bisogna metter i piatti l'vno sopra l'altro in monte: & chi potrebbe mai viuer con tai contrarij & disordini? Proueggasi per l'amor di Dio, che son certo, che alla maestà sua non sia vitio, che più dispiaccia, di questo: Discaccisi questa nuoua morte, anzi non mai più sentita pestilenza, si come è discacciato il morbo, che oue altre fiate faccua tanti danni, hor si vede, che ne fa pochissimi, anzi quasi niuno, per l'vso buono introdotto dalle buone prouisioni: che vi è rimedio anchora di discacciar questa crapula, & rimedio tale, che ogn'vno da se lo può vsare, viuendo gli huomini secondo la semplicità della natura, laquale ci insegna essere di poco contenti, tenendo il mezzo della santa continenza, & quello della diuina ragione, & accostumandosi di non mangiar se non ciò che per necessità del viuere bisogna: sapendo, che quel più è tutto infermità & morte; & che è diletto solo del gusto, ilquale passa in vn momento, ma lungamente poi dà dispiacer & nocumento al corpo: & alla fine l'ammazza insieme con l'anima. Che ho io veduto morir di questa peste in fresca etade molti miei amici di bellissimo intelletto, & di gentil natura, iquali se fossero viui, abbellirebbono il mondo. & con gran mio contento sarebbono da me goduti, si come con molto mio dolore, di loro son restato priuo. Onde per ouuiar

à tanto danno per l'auenire, ho deliberato con questo mio breue discorso far conoscere, come la crapula è abuso, & che si può leuar facilmente, & introdurre in luogo suo la vita sobria, come già vi era, & ciò voglio far per questo ancora più volentieri, perche molti giouani di bellissimo intelletto, conoscendo, ch'ella è vizio; me n'hanno astretto, perche hanno veduto i loro Padri morire in fresca etade, & vedono me in questa mia vecchia di LXXXI anno così sano & prospero: onde desiderosi anchor'essi di peruenirui, (& perche la natura non ci vieta potere lungchissimamente viuere, & perche è in fatti quella etade nellaquale più si può exercitar la prudenza, & con minor contrasto, goder i frutti delle altre virtù, perche all'hora si lascia il senso, & in suo luogo si dà l'huomo in tutto alla ragione :) mi hanno pregato ch'io sia contento dir loro il modo ch'io ho tenuto, per poterui peruenire: & io vedendogli pieni di così honesto desiderio, per giouar & à loro, & à quelli altri insieme, che vorranno legger questo mio discorso, ne scriuerò: dichiarando quali furono le cause, che m'astrinsero à lasciar la crapula, & accettar la vita sobria; & narrando tutto il modo, ch'io tenni in ciò fare, & dicendo quello, che poi tal buono vso operò in me; onde si conoscerà chiaramente, quanto sia facil cosa à leuar l'abuso della crapula: soggiungerò al fine quanti vtili & beni si traggonò dalla vita sobria. Dico adunque, che l'infermità di mala forte, che in me haueuano non solo dato grandissimi principij, ma fatto anchora non piccolo processo, furono cagione ch'io lasciassi la crapula,

la, alla quale io era molto dato; si che per cagion di lei, & della mia mala complezione, che lo stomaco mio è freddissimo, & humidissimo, era caduto in diuerse sorti di infermità, cioè dolore di stomaco, & spesso di fianco, & principio di gotte; & peggio, con vna febricina quasi continoua, ma sopra tutto lo stomaco molto discòncio con vna sete perpetua: della quale mala, anzi pessima dispositione, niente altro mi restaua da poter di me sperare, eccetto che finire per morte i traugli & noie della mia vita, tanto lontana dal fine per natura, quanto vicina per disordinata ragion di viuere. Onde ritrouandomi io in così mali termini nel tempo della mia etade: che fu da i XXXV. infino à XL. anni, essendosi fatta ogni sperienza per risanarmi, & niuna cosa giouandomi, à me dissero i Medici, che a miei mali non era se non vna sola medicina, quando io mi volessi risolvere di vsarla & continuarla patientemente. Questa era la vita sobria, & ordinata, laqual mi soggiunsero, che riteneua grandissima virtù & forza, si come anchora grandissima virtù & forza haueua l'altra, che è in tutto à questa contraria, dico la crapula, & la vita disordinata; & che delle lor forze ne poteua io esser chiaro: si perche per i disordini io era fatto infermo, anchor che non fosse ridotto à tali termini, che la vita ordinata, laqual opera al contrario della disordinata, non me ne potessi del tutto liberare: si anchora perche si vede in fatto, che tal vita, & ordine conferua gli huomini di cattiu complezione, & di età decrepita sani, mentre l'offeruano, si come la sua contraria ha forza d'amalare vno di

perfetta complessione, & nella sua più fresca & forte etade, & ritenerlo per lunghissimo spatio di tempo in tale stato; & ciò per la ragion naturale, laqual vuole, che da contrarie forme di viuere, vengano à prodursi cōtrario operationi; imitando in questa anchora l'arte i progressi della Natura; & potendo essa arte corregger i vitij & mancamenti naturali; ilche si vede chiaramente nell'agricoltura, & altre cose somiglianti: aggiungendomi loro, che s'io all'hora non vsaua tal medicina, che fra pochi mesi ella non mi potria più giouare; & che in pochi altri me ne morirei: Io, alquale mi dispiaceua assai il morire in così fresca etade, & che mi ritrouaua tormentato dal male continuamente, hauendo vdite queste belle, & naturali ragioni, restai persuaso, che dall'ordine, & dal disordine doueuano per necessità nasceri i sopradetti contrarij effetti, & inanimato dalla speranza, deliberai, per non morire, & vscir de tormenti, di darmi al viuer regolatamente. Onde informato da loro del modo ch'io doueua tenere; intesi ch'io non haueua nè à mangiare, nè à bere se non dé i cibi, & del vino che si chiamano d'amalato; & dell'vno; & dell'altro in poca quantità. Questo, per dir il vero, mi haueuano commesso anchora per innanzi, ma in quel tempo io, che voleua viuer' à mio modo, ritrouandomi, come dir fatio di tai cibi, non restaua di contentarmi, & mangiua delle cose, che mi piaceuano; similmente sentendomi come arso per il male, non restaua di beuer vini, che mi gustauano, & in gran quantità; & di ciò non diceua cosa alcuna à Medici, si come fan tutti gl'infermi. Ma

poi ch' io hebbi deliberato di esser continentè, & ragionevole, vedendo, che non era difficil cosa, anzi era debito proprio dell'huomo, mi posi di tal maniera à questa sorte di viuere, che mai in cosa alcuna non disordinai; ilche facendo, in pochi di cominciai à conoscer, che tal vita mi giouaua assai; & seguendola, in men d'vn'anno fui (& parrà forse incredibile ad alcuno) risanato di ogni mia infermità. Fatto adunque sano, mi posi à considerare la virtù dell'ordine, & dire fra me medesimo, che se l'ordine haueua hauuto forza di vincere tanti mali, quanti erano stati i miei, hauerebbe maggiormente forza di conseruarmi nella sanità, & di aiutar la mia mala complessione, & di confortare il molto mio debile stomaco. Però mi posi diligentissimamente à volere conoscere i cibi, che fossero à mio proposito, & prima deliberai di farne sperienza, se quelli che al gusto piaceuano, mi giouassero, ò pur mi fossero di nocumento, per conoscere, se quel prouerbio, che io haueua già tenuto per vero, & che verissimo vniuersalmente si crede che sia, anzi è il fondamento di tutti i sensuali, che seguono i loro appetiti, era in fatto vero, che dice, che quello che sà buono, nutrisce & gioua. Ilche facendo, ritrouai ch'era falso; perche à me il vin brusco & freddissimo sapeua buono, & così i Meloni, & gl'altri frutti: le Insalate crude, i Pesci, la carne di Porco, le Torte, le Minestre di legumi, i Mangiari di pasta, & simili altre viuande, che mi dilettauano sommamente, & pur tutte mi noceuano: così hauendo conosciuto, che tal prouerbio era falso, per falso l'hebbi. Onde fondaco

dato sopra la esperienza, lasciai la qualità di tali cibi, & di tali vini, & il ber freddo, & elefsi vino appropriato allo stomaco mio, beuendone quella quantità, che conosceua, che con facilità poteua smaltire. Il simile feci de i cibi, così nella loro qualità, come nella quantità anchora, auezzandomi à fare, che l'appetito mio non restasse mai satio di mangiare, & di bere; ma tale si partisse da tauola, che potesse anchora mangiare, & bere: seguendo in ciò quel detto, che dice, che il non satiarsi di cibi è vno studio di sanità: & così leuandomi per queste cagioni dalla crapula, & disordini, mi diedi alla vita sobria & regolata, la quale operò in me prima quello; ch'io ho detto di sopra, cioè, che in men d'un'anno fui liberato da tutti i mali, che haueuano fatto così gran principio in me, anzi come ho detto, tanto progresso, che erano fatti quasi incurabili. Operò ancora quest'altro buon'effetto, che poi non mi ammalai più come soleua ogni anno mentre io seguitai l'altro modo di viuere, ch'era secondo il senso, che io non mi ammalassi di febre molto strana, laqual mi condusse alcune volte infino à morte. Da questo adunque anchora mi liberai, & ne diuenni sanissimo, come sempre da quel tempo infino à quest' hora sono stato, & non per altra cagione, se non perche non hò mancato mai dell'ordine: ilquale hà operato con la sua infinita virtù, che il cibo, che ho sempre mangiato, & il vino, che ho beuto, essendo tali quali si conuengono alla mia complessione, & in quantità quanto si conuiene, come hanno lasciata la lor virtù al corpo, se ne sono usciti senza difficoltà, non hauendo
 prima

prima generato in me alcun cattiuo humore. Ond'io seguendo tal modo, sono stato sempre, & mi ritrouo hora, come ho già detto (Dio gratia) sanissimo: vero è, che oltra li due sopradetti ordini, ch' io ho sempre tenuti nel mangiare & nel bere, che sono importantissimi, cioè di non mangiare se non quanto digerisce il mio stomaco con facilità, & se non di cose, che sono à mio proposito: anchora io mi sono guardato dal patire & freddo, & caldo, & dalla fouerchia fatica, & di non impedir i miei sonni ordinarij, e dall'eccessiuo coito, e da non stantiare in mal aere, & da non patire dal vento, nè dal Sole, che questi anchora sono gran disordini. Auenga che da loro non sia molta difficultà guardarsi, potendo più ne l'huomo ragioneuole il desiderio della vita & della sanità, che la contentezza di far quello, che somamente gli nuoce. Mi sono ancho guardato quanto ho potuto da quelli, da i quali non ci potiamo così facilmente riparare: questi sono la malinconia, & l'odio, & l'altre perturbationi dell'animo, i quali par c' habbino grandissimo potere ne' corpi nostri: Non mi sono però potuto guardar tanto nè dall'vna, nè dall'altra sorte di questi disordini, ch' io non sia incorso alcune volte in molti di loro, per non dir hora in tutti; ilche mi hà giouato in questo, hò conosciuto con la esperienza, che non hanno per il vero molta forza, nè possono far molto danno à i corpi regolari, da i due ordini sopradetti della bocca; tal che posso dir con verità, che chi offerua quei due principali, può poco patire dalli altri disordini; laqual fede però, prima di me fece Galeno, che fù così

gran Medico; ilquale afferma, che tutti gl'altri disordini poco gli nuoceuano, perche si guardaua da quelli due della becca; & però che per cagione delli altri mali mai non hebbe male, se non per vn giorno solo; & così è veramente, come dice; & io ne posso render vno testimonio, & molti altri anchora, che mi conoscono, & fanno come molte fiate ho patito & freddo & caldo, & fatti pure delli altri simili disordini. & mi hanno similmente veduto (per diuersi accidenti, che in più volte mi sono occorsi) traugiato dell'animo; nientedimeno, fanno che poco mi han nociuto, come anchora fanno, che à molti che non erano di vita sobria & regolata, han nociuto assai, fra i quali fu vn mio Fratello, & altri di casa mia, i quali fidandosi nella loro buona complessione, non la faceuano; il che fu loro di grauissimi danni cagione; perche in loro hebbero grandissima forza gli accidenti dell'animo; & tanto fu il dolore, & la maninconia, che si posero, hauendo veduto, che mi erano state mosse alcune liti di somma importanza da huomini potenti & grandi; che dubitando eglino, ch'io non le perdesi, furono presi dall'umor malinconico, del quale sempre i corpi di vita non regolata, sono pieni; & questo si alterò di maniera, & tanto crebbe, che gli fece morire innanzi tempo; & io non hebbi male alcuno, perche in me tale humore non era di souerchio, anzi facendomi animo da me medesimo, mi sforzaua di credere, che Iddio per farmi conoscere & forte, & valoroso, m'hauesse fatto muouere queste liti; & che io le vincerei con mio vtile & honore, si come auenne; perche
 alla

alla fine ne riportai la vittoria, con molta mia gloria & utilità; per il che sentij nell'animo consolatione grandissima, laquale però non hebbe alcun potere di nuocer mi; così si vede, che nè malinconia, nè altro affetto possono far nocimento à i corpi di vita ordinata & sobria: Ma più dirò, che i medesimi mali non hanno poter di fare à tai corpi se non poco male, nè dar loro se non poco dolore; & che questo sia la verità, io ne ho fatta l'esperienza nella mia età di settanta anni: che mi occorse, come suole auenire, essendo in Cocchio, & andando in fretta, che per caso fortuito il Cocchio si riuersò, & riuersato, fu tirato da i Caualli vn buon tratto di mano prima, che si potessino fermare: Onde io essendoui dentro per li sinistri & percosse riceuute, mi trouai offeso molto il capo, & tutto il resto del corpo, & di più sinistrato d'vna gamba & d'vn braccio: condotto à casa, i miei mandorno subito per li Medici; i quali venuti, & vedendomi così battuto & mal conditionato, & in tale età, conchiusero, che per questa disgratia io morirei fra tre giorni, pure, che mi si poteuano far due rimedij, l'vno era trarmi il sangue, l'altro darmi vna Medicina per euacuarmi; & ouuiare, che gli humori non potessero tanto alterarsi, quali pensauano, che d' hora in hora fossero per mettersi in vn'estremo moto, & causarmi vna grandissima febre. Io all'incontro, che sapeua, che la vita mia ordinata, tenuta da me già tanti anni, haueua così bene vniti, adeguati, & disposti i miei humori, che non potrebbero per questo mettersi in tanto moto, non volsi essere salassato, nè pigliar altra medicina, solo

mi feci drizzare la gamba & il braccio, & mi lasciai vngere di certi loro ogli, che diceano esser' à proposito. Così senza vfare altra sorte di remedio, come io m' haueua pensato, me ne guarij, non hauendo hauuto altro male, nè alcuna alteratione, cosa, che parue alli Medici miraculosa. Onde si deue conchiudere, che chi tiene vita regolata & sobria, & non disordina del viuere, poco male può hauere per gli altri disordini, & casi fortuiti. Ma ben concludo, massime per la esperienza fatta da me nuouamente, che quelli del viuere sono disordini mortali, & già quattro anni passati me ne certificai, che fui indutto dal consiglio de' Medici, & da i ricordi delli amici, & da i conforti de i miei medesimi, à farne vno, troppo più in vero importante di quello, che come poi si vidde, si conueniu; & questo fu l'accreocere la quantità del cibo ch' io mangiaua ordinariamente, ilquale crescimento mi ridusse in vna infermità mortalissima; la qual cosa, perche viene à proposito in questo luogo, & potrebbe giouare ad alcuno, sono contento di narrare. Dico adunque, che i miei più cari parenti, & amici, i quali molto mi amano, & mi hanno caro, mosi da bello, & buono amore, vedendo ch' io mangiaua assai poco, mi dissero insieme con i Medici, che quel cibo, ch' io prendeu, non poteua esser bastante à sostentar vna età vecchia, & cadente, come era la mia, alla quale faceua bisogno hormai, non solo conseruate, ma di accrescere anchora forza, & vigore. Ilche non si potendo fare se non col cibo, però che era al tutto necessario, che io mangiassi vn poco più copiosamente. Io dall'altra parte ad-

te adduceua in mezzo le mie ragioni, cioè, che la Natura si contenta di poco, & che con questo poco io mi haueua conseruato tanti anni; & che à me questo vso mi era conuertito in natura; & che era cosa più ragioneuole, crescendo gl'anni, & mancando la prosperità, ch'io andassi scemando, non che accrescendo la quantità del cibo: poi, che anchora la virtù dello stomaco di ragione si andaua facendo ogn'hora più impotente; onde io non vedeua ragione alcuna, che mi douesse indurre, à tale accrescimento: & per fortificare le mie ragioni, allegaua que' due prouerbij naturali, & verissimi: l'vno è, ch'è chi vuol mangiare assai, bisogna, che mangi poco; che questo si dice non per altra cagione, se non perche il poco mangiare fa viuere assai; & viuendo assai, si viene à mangiar molto. L'altro, che gioua più quel cibo, che si resta di mangiare quando si ha ben mangiato, che non gioua quello, che già si ha mangiato: ma nè questi prouerbij, nè ragione alcuna, ch'io diceffi loro, mi giouò, che più arditamente ogn'hor mi molestauano; onde io per non parer ostinato; e più Medico di essi Medici, & sopra tutto per compiacere à i miei, che questo molto desiderauano, giudicando essi, che tale augumento hauesse à conseruare la virtù, contentai di accrescere il cibo, ma in due oncie sole più. Che si come prima, tra pane, vn rosso d'ouo, carne, & minestra, mangiua tanto, che in tutto pesasse oncie dodici alla sottile, così poi lo crescei à oncie quattordici; & si come prima beueua oncie quattordici di vino, così poi crescei alle sedici. Questo accrescimento, & questo disordine, in

capo di dieci di cominciò in me talmente ad operare, che venni di allegro, ch' io era, malinconico, & colerico; si che ogni cosa mi daua fastidio; & era sempre di strana voglia, che non sapeua nè che mi fare, nè che mi dire: In capo poi di dodici di, mi assalì vna grandissima doglia di fianco, laqual mi durò XXII. hore, & mi sopraggiunse vna febre terribile, che mi durò XXXV. di, & altrettante notti, senza mai lasciarmi: anchor che passati li XV. si facesse per dir' il vero sempre minore; ma con tutto ciò non potei in questo tempo dormire pur mezzo quarto d' hora: onde da tutti fui giudicato per morto: pure io me ne liberai (Dio gratia) col mio ordine solo, benche fossi nell'età di LXXVIII. anni, & nella più fredda stagione di tutto l'anno, che fù freddissimo, & d'vn corpo tanto macilente, quanto sia possibile; & sono certissimo, che altro non mi liberò dalla morte, se non il grande ordine tenuto da me già tanti anni: nelli quali mai non hebbi male, se non alcuna poca dispositione di vno, ouero due di: perche l'ordine, ch' io dico di tanti anni, non haueua lasciato generar in me humori souerchi, & maligni; nè generati, inuechiarsi in tal tristitia, & malignità, si come auiene ne i corpi vecchi di quelli, che viuono senza regola: però non si ritrouando nelli miei humori, alcuna vecchia malignitate, che è quella, che ammazza gli huomini; ma solamente quella nuoua, introdotta per il nuouo disordine, non hebbe forza il male, anchor che grauiissimo, di ammazzarmi. Questo & non altro fu cagione della mia vita: onde si puo conoscere quanta è la forza, & la

virtù

virtù dell'ordine, & quanta è quella del disordine, che in si pochi di mi causò vna così terribile infermità, si come la vita sobria, & ordinata mi haueua tenuto tanti anni sano. Et parmi vna gran ragione, che se il mondo si conferua con ordine, & la vita nostra non è altro quanto al corpo, che armonia & ordine di quattro Elementi, che con l'ordine medesimo debba conferuarsi, & mantenersi questa nostra vita, & pel contrario guastarsi per malattia, ò per morte corrompersi, operando in contrario. L'ordine insegna le discipline più facilmente, l'ordine rende l'esercito vittorioso; & finalmente l'ordine mantiene la Città, le Famiglie, & i Regni istessi. La onde mi risoluo, che altro non sia il viuer'ordinato; che certissima ragione & fondamento di viuer sano & lungamente: tal che bisogna dire, che la sia la sola & vera medicina; & chi ben considera, bisogna, che conchiuda, che così è. Però quando il Medico vada a visitare l'ammalato, ricorda questa per prima medicina; & commette, che viua con ordine: così quando piglia licenza; perche l'infermo sia risanato, gli commette, che volendo star sano, tenga vita ordinata. Et non è dubbio, che se colui teneffe tal vita, non si potrebbe più ammalare, perche lei leua tutte le cause del male; & così non harebbe più bisogno nè di Medici, nè di medicine; anzi ponendo mente à ciò che si deue, si farebbe Medico da per sè, & perfettissimo, che in vero l'huomo non può esser Medico perfetto d'altri, fuor che di se solo; & la cagione è questa, perche può ben ciascuno con diuerse sperienze conoscere la complessione perfettamente, &

le luc

le sue proprietà più occulte, & qual vino, & qual cibo faccia per il suo stomaco. Non si può già tai cose conoscere veramente d'un altro, che à gran fatica si possono in se, & per se medesimi conoscere, che vi bisogna del tempo assai à conoscerle, & farne diuerse sperienze; & tali sperienze sono più che necessarie, perche più diuersità di nature & di stomachi si ritrouano ne gl'huomini, che non sono diuerse l'effigie loro. Et chi crederebbe, che il vino vecchio, passato che ha l'anno, nocesse al mio stomaco, & li giouasse il nuouo, & che il pepe, che è reputato specie calida, non faccia in me operatione calda, si che più si senta dal Cinnamomo riscaldato & confortato? Qual Medico m'hauerebbe auertito di queste due mie proprietà occulte, se io con la lunga osservanza, à pena le ho potute auertire, & ritrouare? Però non può alcuno essere perfetto Medico d'un altro. Non hauendo adunque l'huomo miglior Medico di se stesso, nè miglior medicina della vita ordinata, questa si debbe abbracciare. Non nego però, che nella cognitione, & curatione delle malatie, nelle quali cadeno spesso quelli, che non tengono vita ordinata, che non ci faccia bisogno del Medico, & quello non douiamo hauer caro: che se gran conforto ti rende vn'amico, che semplicemente ti viene à visitare nell'infermità, senza far altro, che dolersi del tuo male, & confortarti à sperar bene; quanto maggiormente ti deue esser carissimo il Medico, che è vn'amico, che viene à vederti per cagion di giouarti, & che ti promette la salute? Ma nel conseruarsi sano, crederò, che si debba abbracciare per

Medi-

Medico questa vita regolata: laquale, come si vede, è medicina naturale, & propria nostra; perche conferua l'huomo, ancor che sia di mala complessione, sano, & lo fa viuere prosperoso infino alli cento & più anni, & non lo lascia finire con male, nè con alteratione d'humori, ma per pura resolutione del suo humido radicale, che è ridotto al fine; ilche tutto anco hanno affermato molti sapienti poter fare l'Oro potabile, & lo Elisir, da molti ricercato, da pochi trouato. Ma diciamo pur il vero, gl'huomini per il più sono molto sensuali, & incontinenti, & vorrebbero satiare i loro appetiti, & far sempre infiniti disordini. Onde vedendo, che non possono fuggire, che la crapula ogni tratto non gli tratti di mala maniera, in sua scusa dicono, che meglio è viuere dieci anni meno, & contentarsi; & non considerano di che importanza sieno all'huomo dieci anni più di vita, & di vita sana, & nella età matura, che è quella età che fa cognoscere gli huomini per quello, che sono, & fanno, & vagliono, in ogni sorte di virtù: laqual non può hauer perfectione, se non in tal'etade: che per non dire hora di molte altre, dirò solo delle lettere, & delle scienze, nelle quali la maggior parte de i belli, & più celebrati libri, che habbiamo, sono stati da i loro Autori composti in questa età, & nelli dieci anni, che questi van dicendo di non apprezzare per sodisfare à i loro appetiti. Come si sia, non ho io voluto far così, anzi ho voluto viuere questi dieci anni; & se così non t'auessi fatto, non hauerei scritti i trattati, che per esser viuuto, & sano, da dieci anni in qua hò pur scritti, & sò

che gioueranno . Oltre à ciò i sopradetti sensuali dicono , che la vita ordinata è vita , che non si può fare : à questo si risponde : Galeno , che fu sì gran Medico , la fece , & la elesse per la miglior medicina : la fece Platone , Marco Tullio , Isocrate , & tanti altri grandi huomini delli tempi passati : i quali per non tediare alcuno , non nominero ; & alla nostra etade habbiamo veduto Papa Paolo Farnese , farla , & il Cardinal Bembo ; & però viuere sì lungamente ; & li nostri due Duchi Lando , & Donato : molti altri di più bassa conditione , & di quei , che habitano non solo le Città , ma il Contado anchora , che in ogni luogo si ritroua , à chi pur gioua di seguitarla . Adunque hauendola già fatta , & tuttauia facendola molti , non è vita , che non potesse essere fatta da ciascuno , tanto più quanto non vi si ricercano gran cose da fare ; anzi non è altro , che vn cominciar à farla , come afferma il sopradetto Cicerone , & tutti quelli , che la fanno . Et perche Platone , se bene egli visse regolatamente , dice però , che vn' huomo di Republica non può così fare , bisognando à questo tale patire & caldo & freddo , & fatiche di diuerse sorti ; & altre cose , che sono tutte fuori della vita ordinata , & sono disordini : rispondo , che come di sopra ho detto , questi non sono delli disordini , che importano , & che infermino , & facciano morir gl' huomini , quando colui , che gli fa , faccia vita sobria , & non disordini nelli due della bocca , delli quali l' huomo di Republica si può molto ben guardare ; anzi è necessario , che se ne guardi ; perche così facendo , può essere sicuro , ouero di non incorrere in quei mali , nei quali

quali facil cosa farebbe, che cadesse, facendo di quei disordini, che è astretto à fare; ouero pur incorrendoui, facilmente, & più presto liberarsene. Mi si potrebbe qui dire, come dicono alcuni, che chi fa vita regolata, hauendo sempre, essendo sano, mangiato cibi da ammalato, & in poca quantità, non ha poi di che souenirsi nelle infermità. A questo io direi prima, che la natura, che desidera di conferuare l'huomo più lungo tempo, che può, ci insegna come ci debbiamo gouernare nelle infermità; perche leua di subito alli infermi l'appetito, acciòche non mangino se non poco; perche essa di poco (come è già detto) si contenta. Et però lo ammalato, sia stato infino à quell' hora ò di vita ordinata, ò disordinata, non bisogna che mangi se non delli cibi; che sono à proposito della sua infermità; & di questi anchora in assai men quantità di quello, che era solito di fare, mentre che era sano, perche se mangiasse in tanta quantità soleua, se ne morirebbe; se in più, tanto più tosto, che ritrouandosi all' hora la natura aggrauata dal male, la viene ad aggrauare anchor più, dandole maggior quantità di cibo di quello, che per all' hora può sopportare; & questo crederei, che fosse per souenire l'infermo à bastanza. Ma oltre à ciò, si può risponder ad alcuni & meglio, che chi è di vita regolata, non si può ammalare, anzi rade volte, & per sì poco tempo si ritroua indisposto, perche col viuere regolarmente, leua tutte le cause del male; & leuate le cause, viene à leuar l'effetto: si che chi seguita l'ordine di viuere, non ha da dubitare di male, non hauendo da dubitare dell'effetto,

chi è sicuro dalla causa. Essendo così adunque, che la vita ordinata è tanto vtile, & tanto virtuosa, & così bella, & così santa, deue da ogni vno essere seguita, & abbracciata, & tanto più, che non è contraria al viuere, d'alcuna sorte d'huomini; & è facile da fare, che qui non s'obbliga alcuno, che facendola mangi sì poco come fo io, ò che non mangi frutti, pesci, & l'altre cose, che non mangio io, ch'io mangio poco, perche quel tanto è à bastanza al mio piccolo & debile stomaco; & i frutti, & i pesci, & gl'altri sì fatti cibi mi nuouono, onde io gli lascio. Quelli à chi giouano, ne possono, anzi ne debbono mangiare, che à loro tali cose non sono vietate. Ben' & à loro, & à ciascun'altro è vietato il mangiare tanta quantità di qual si voglia cibo, che sia à loro proposito, quanta non possa esser digerita dal suo stomaco con facilità, & così del beuere; però à chi niuna cosa nuocesse, questo tale non saria sottoposto se non alla regola della quantità, non à quella della qualità de' cibi, che farebbe cosa facilissima à fare: nè voglio, che alcuno mi dica qui, che si trouano di quelli, che disordinatissimamente viuendo, peruengono sani, & gagliardi à quelli vltimi termini della vita, à quali giungono gli huomini più sobrij; imperoche questa ragione, sendo fondata sopra vna cosa incerta, pericolosa, & che rarissime volte auiene, & che venendo ci par più tosto miracolosa, che naturale, non ci deue persuadere à viuer disordinati per questo, sendo che à questi tali troppo fu liberale la natura; il che pochissimi debbono sperare di conseguire. Ma chi non vuole hauere queste obseruationi, confidando

dofi nella sua giouentù, ouero nella sua forte, complessione; & perfetto stomaco, perde assai, & ogni giorno è sottoposto al male, & alla morte; però dico, che è più sicuro di viuere vn vecchio, ancor che di trista complessione, che tenghi vita regolata & sobria, che non è vn giouane di pertetta, che viua disordinatamente. Non è dubbio però, che chi è di buona natura, si può conseruare con l'ordine più anni, che non può vno di trista; & che Iddio, & la natura possono operare, si che vn'huomo nasca di così perfetta complessione, che possa viuere sano, senza tanta regola di vita, & molti anni; & morire poi vecchissimo, & per pura resolutione, come in Venetia è auuenuto al Procuratore Thomafo Contarini; & in Padoua al Cavalier Antonio Capo di Vacca. Ma di simili in cento mila, che nascono, non se ne ritroua vno. Che volendo gl'altri viuer lungamente sani, & morir senza noia & fastidio, per resolutione, bisogna, che viuano regolatamente; che così non altrimenti possono goder de i frutti di tal vita, i quali sono quasi infiniti; & ciascuno di loro infinitamente da apprezzare. Perche si come ella tiene gl'humori purgati, & benigni nel corpo, così non lascia ascendere fumi dallo stomaco al capo: tal che il ceruello di colui, che viue à questo modo, è sempre bē purgato, & stà sempre bene in ceruello: onde egli poi da queste basse & vili, ascende all' alte & belle considerationi delle cose diuine, con estremo suo sollazzo & contento; perche così considera, conosce, & intende quello, che non hauerebbe nè considerato, nè conosciuto, nè inteso giamai; cioè quanta sia la sua potenza, sapien-

fapienza, & bontade. Discende poi alla natura & la conosce per figliuola di esso Dio: & vede & tocca con mano quello, che nè in altra età, nè con mien purgato ceruello harebbe mai veduto ò toccato. Discerne all' hora veramente la bruttezza del vizio, nel quale cade colui, che non sà raffrenare le perturbationi humane, & i tre importuni desiderij, che paiono nati tutti e tre insieme con noi, per tenerci sempre molestati; & inquietati. Questi sono il desiderio della concupiscenza, de gl' honori, & della robba, i quali sogliono crescer ne i vecchi, che non sono di vita regolata; perche quando passorno per l'età virile, non lasciorno nè il senso, nè l'appetito, come doueuano; pigliando in luogo di quelli la continenza & la ragione; virtù, che non furono lasciate da quello della vita ordinata, quando vi passò. Ilquale conoscendo tal passioni & tali desiderij essere fuori di ragione, essendosi dato del tutto a lei, si deliberò da quelli, & da gl'altri vitij insieme; & in luogo loro, si accostò alle virtù, & alle buone opere; & con questo mezzo di reo huomo, che era, si fece di buona & honesta vita: onde poi quando si vede ridotto per la lunga età alla resolutione, & al fine, sapendo che già per singolar beneficio di Dio, lasciò il vizio, si che dopo non è stato maluagio huomo sperando pur per i meriti di Giesù Christo nostro Redentore, morir in sua gratia, non si attrista della morte: sapendo, che dee morire, massimamente quando carico d' honore, & satio di vita, si vede giunto à quella etade, alla quale, di molte migliaia d' huomini, che nascano, viuendo altrimenti, à pena

vno' gionge. E tanto maggiormente non si attrista, quanto che quella non li sopragionge impetuofamente alla sprouista con acerba & noiosa alteratione d'humori, di dolori, & di febre, ma con somma quiete & benignità, perche in lui tal fine non si caufa se non per io mancamento dell'humido radicale, ilquale à guifa di lucerna se ne vā mancando à poco à poco: onde egli passa dolcemente senza male, da questa vita terrena & mortale, alla celestiale & eterna. O santa & veramente felice vita ordinata, & che per santa & felice da gli huomini dei esser tenuta, si come l'altra, che à te è tanto contraria, è rea, & infelice, come apertamente dalli effetti dell'vna, & dell'altra si può vedere: anchor che dalla voce sola, & dal tuo bel nome, si douerebbono gli huomini conoscere, che pur bel nome, & bella voce è à dir vita ordinata, & sobrietà, come all'incótro brutta cosa è à dir vita disordinata, & crapula; anzi tra questi vocabuli par quella differenza istessa che è tra il dir Angiolo, & Diauolo. Ma sin qui sieno dette le cause per le quali mi leuai dalla crapula, & diedi del tutto alla vita sobria, & il modo, che tēni in ciò fare, & quello che me n'auenne: & finalmente i commodi & beni, che ella porta à chi la segue. Hor perche alcuni huomini sensuali, & non ragioneuoli dicono, che non è bene viuer lungamente; & che come passa l'età di sessantacinque anni, non si può chiamar vita viua, ma vita morta; perche molto s'ingannano, come dimostrerò (essendo il desiderio mio, che tutti cerchino di peruenire alla mia età, perche godino ancora essi della più bella, che si possa

viuere) Voglio in questo luogo narrare quali sieno ho-
 ra i miei passa tempi, & il gusto ch' io prendo in questa
 mia etade della vita; per far viuà fede ad ogn'vno di quel-
 lo, che medesimamente faranno tutti quelli, che mi co-
 noscono, cioè, che la vita, che hora io viuo, è vita viuif-
 sima & non morta: & tale, che da molti è tenuta felice,
 per questa felicità, che si può hauere in questo mondo.
 Et questa fede faranno prima perche vedono, & non
 senza grandissima loro ammiratione, la mia prosperità,
 & come monto da me à Cavallo senza vantaggio alcu-
 no, & come ascendo non vna scala sola, ma tutto vn
 colle à piè gagliardamente; poi come io sono allegro,
 piaceuole, & contento, & libero dalle perturbationi del-
 l'animo, & da ogni noioso pensiero. In vece de' quali
 stantiano nel mio cuore sempre gioia & pace, si che
 indi mai non si dipartono. Oltre à ciò, fanno, come
 passo il mio tempo, si che non mi rincresce la vita, per-
 che io non habbia da passarla à tutte l'hore con mio
 sommo diletto, & piacere, che mi ritrouo hauer ben-
 spesso commodità di ragionar con molti honorati Gen-
 tilhuomini, & grandi d' intelletto, & di costumi, & di
 lettere, & eccellenti in alcun'altra virtù. Et quando la
 loro conuersatione mi manca, mi dò à leggere alcun
 bel libro; quando ho letto à bastanza, scriuo; cercando
 in questo, & in ciascuno altro modo, ch' io posso, gio-
 uare altrui, quanto le mie forze me lo concedono; &
 tutte queste cose io fo con mia grandissima commodi-
 tà, & alli lor tempi, & nelle mie stanze; lequali, oltre
 che sono nella più bella parte di questa nobile, & dotta

Città di Padoua, sono anchora veramente belle, & lo-
 deuoli, & di quelle, che più non sono state fatte alla no-
 stra etade, con vna parte delle quali mi difendo dal gran
 caldo; con l'altra dal gran freddo; perche io l'ho fabri-
 cate con ragion d'Architettura, laqual ci insegna come
 s'habbia ciò à fare: & godo oltre à ciò insieme con que-
 ste, li miei diuersi giardini, con l'acque correnti, che lo-
 ro corrono à canto, nei quali trouo sempre da far qual-
 che cosa, che mi diletta. Ho anchora oltre à questo
 vn'altro modo di solazzarmi, che io vò l'Aprile, &
 Maggio, & così il Settembre, & l'Ottobre, per alquanti
 giorni à godere vn mio colle, che è in questi monti Eu-
 ganei, & nel più bel sito di quelli, che ha le sue fontane
 & giardini, & sopra tutto commoda & bella stanza, nel
 quale luogo mi trouo anchora alcune fiata à qualche
 caccia conueniente alla mia etade, commoda & piace-
 uole. Godo poi altrettanti giorni la mia Villa di piao-
 no, laquale è bellissima, si perche è piena di belle stra-
 de, lequali concorrono tutte in vna bella piazza, in-
 mezzo allaquale è la sua Chiesa secondo la conditione
 del luogo, honorata assai; si anchora perche è diuisa da
 vna larga; & corrente parte dello fiume Brenta: dal-
 l'vna & dall'altra parte del quale vi è gran spatio di Pae-
 re, tutto di Campi fertili, & ben cultiuati; & si ritroua
 hora, Dio gratia, molto bene habitata, che prima
 non era così, anzi tutto il contrario: perche era paludo-
 sa; & di mal aere, & stanza più presto da bisceie, che da
 huomini. Ma hauendole io leuate l'acque, l'aere si fece
 buono, & le genti vi vennero ad habitare, & l'anime

cominciorno à multiplicare assai, & si ridusse il luogo alla perfettione, che si vede hoggidi, à tale ch'io posso dire con verità, che ho dato in questo luogo à Dio, altare, & tempio, & anime per adorarlo, cose tutte che mi danno infinito piacere, solazzo, & contento ogn' hor che le ritorno à vedere & godere. A questi medesimi tempi vò anchora ogn'anno à riuedere alcuna di queste Città circonuicine; & godendo li miei amici, che in esse si ritrouano, piglio piacere, essendo & ragionando con essi, & per lor mezzo con gl'altri, che vi sono, huomini di bell'intelletto: con Architetti, Pittori, Scultori, Musici, & Agricoltori, che di questi huomini per certo questa nostra etade è copiosa assai. Veggio le opere loro fatte nuouamente, riueggio le fatte per l'adietro, & sempre imparo cose, che mi è grato il saperle. Vedo i Palazzi, i Giardini, le Anticaglie, & con queste le Piazze, le Chiese, le Fortezze, non lasciando à dietro cosa, onde si possa prendere piacere, & imparare. Ma sopra tutto godo nel viaggio andando & ritornando, oue considero la bellezza de siti, & de Paesi per i quali vò passando. Altri in piano, altri in colle, vicini à fiumi, ò fontane, con molte belle habitationi & giardini d'intorno: nè questi miei solazzi & piaceri mi sono men dolci & cari, perche io non veda ben lume, ò non oda, ciò, che mi vien detto facilmente, ò perche altro mio senso non sia perfetto, che sono tutti (Dio gratia) perfettissimi: & spetialmente il gusto, che più gusto hora quel semplice cibo, ch'io mangio, ouunque io mi troui, che non faceua già quelli tanto delicati, al tempo della

mia vita disordinata. Nè il mutar letto mi dà noia alcuna, ch'io dormo in ogni luogo benissimo & quietamente, senza sentir disturbo di cosa alcuna, sì che nel sonno i sogni mi sieno belli & piaceuoli. Et con grande mio piacere & contento veggio riuscir l'impresa, tanto importante à questo stato, di ridurre dico, tanti luoghi inculti à cultura, quanti ce ne sono, & già da esso principata, per mio ricordo. Laqual cosa io non pensaua di veder in vita mia: sapendo io che l'impresa di grande importanza, sono tardi principate dalle Repub. pur io l'hò veduta, & fui ancora in persona con gli Eletti à questo vfficio, due mesi continui nel tempo del maggior caldo della State, in questi luoghi paludosi, nè mai sentij noia alcuna, nè per fatica, ò per altro incommodo ch'io m'haueksi: tanto di potere hà la vita ordinata, laquale in ogni luogo sempre mi accompagna. Oltre à ciò, sono in viua & certa speranza, di vedere principata & finita vn'altra non meno importante impresa, che è pur quella della conseruatione del nostro Estuario, ouer Laguna, estrema & marauigliosa fortezza della mia cara patria. Laquale conseruatione (& sia detto questo non per compiacer à me stesso, ma alla sola & pura verità) è stata da me ricordata & con viua voce, & con le vigilie de i miei scritti, più volte à questa Republica. Allaquale, sì come sono per natura tenuto di tutto quello, onde comodo & beneficio le posso apportare, così estremamente desidero ogni sua lunga felicità, & conseruatione. Questi sono i veri & importanti miei solazzi. Queste sono le ricreationi &

diporti della mia vecchiezza: quale di tanto è più da apprezzare dell'altrui giouentù, ò vecchiezza; quanto ch'ella sanata per Dio gratia, delle perturbationi dell'animo, & infermità del corpo, non proua alcuno di quei contrarij, i quali miseramente tormentano infiniti giouani, & altrettanti languidi vecchi, & del tutto dispossenti. Et se alle cose grandi & importanti è lecito comparar le minori, ò per dir meglio, quelle che si sogliono riputar da scherzo, dirò ancho tal essere il frutto di questa vita sobria, in me: che in questa età mia d'anni LXXXIII. hò potuto comporre vna piaceuolissima Comedia, tutta piena di honesti risi, & piaceuoli motti. Laqual maniera di Poema, ordinariamente suol essere frutto & parto dell'età giouanile: si come la Tragedia suol'esser effetto della vecchiezza: essendo quella così per la sua vaghezza & giocondità portionata alla giouentù, come questa per la sua malinconia alla vecchiezza. Ora, se fu lodato quel buon vecchio, Greco di natione, & Poeta, per hauere nell'età di LXXIII. anni, scritto vna Tragedia; & perciò riputato sano & gagliardo, con tutto che la Tragedia sia Poema mesto & malinconico; perche debbo essere tenuto io men fortunato, & sano di lui, hauendo in età d'anni X. più di lui, composto vna Comedia, laqual'è compositione allegra & piaceuole, come ciascuno sà? Certamente, se io non sono iniquo giudice di me stesso, credere voglio, che io sia hora & più sano, & più giocondo, che non fu egli con X. anni manco sopra la sua vita. Et perche

niuna consolatione manchi alla copia de gli anni miei; per render l'età mia meno rincresceuole, ò più scarfi i miei contenti, veggio con questo quasi vna sperie d'immortalità nella successione de i miei posterì. Perche ritrouo poi, come ritorno à casa, non vno; ò due, ma XL. miei Nipoti, il maggior de' quali è di XVIII. anni, il minore di due: tutti figliuoli d'vn Padre, & Madre, tutti sanissimi: & per quanto hora si può vedere, molto atti, & dediti alle lettere, & alli buoni costumi; de' quali alcuno delli minori, sempre godo come vno mio Buffoncello; & veramente, che i putti dall'età di tre anni infino à quella de i cinque, sono naturali Buffoni; gli altri di maggior età, tengo à vn certo modo miei compagni; & perche hanno dalla natura perfette voci, gli godo anchora, vdendoli & cantare & sonare con diuersi instrumenti; anzi io medesimo canto, perche ho miglior voce, & più chiara, & più sonora, ch'io hauesi giamai. Questi sono i solazzi della mia etade. Onde si vede, che la vita, ch'io viuo, è vita viua & non morta, come dicono quelli, che poco fanno, à quali acciò sia chiaro quanto io stimi gl'altrui modi di viuere, dico che in verità, io non cambierei la mia vita, nè la mia etade con alcun giouine di quelli, che viuendo seguono i lor appetiti, anchor che fosse di buonissima complessione; sapendo io, che questo tale è sottoposto ogni giorno, anzi ogn' hora à mille forti (come io ho detto) d'infirmitadi, & di morte; che questo si vede in fatto sì chiaramente, che non ha bisogno di proua alcuna: che mi ricordo anch'io molto bene, di quello,
che

che faceua quand' io era tale: sò quanto quella età suole essere inconsiderata, & quanto i giouani aiutati dal calor intrinseco, sieno animosi, & confidenti di se medesimi nelle loro operationi, & sperino bene d'ogni cosa; sì per la poca esperienza che hanno delle cose passate, come per la caparra, che par loro hauere in mano di viuer assai per l'auenire. Onde si espongono audacemente ad ogni sorte di pericolo; & scacciata la ragione, & dato in mano il gouerno di se stessi alla concupiscenza, cercano di sodisfare ad ogni loro appetito, non vedendo i miseri, che procacciano quello, che non vorrebbero hauere, cioè l'infermitadi, come ho detto più volte, & la morte. De i quali due mali, l'vno è graue, & molesta cosa à soffrire, l'altro del tutto insopportabile & spauentoso: insopportabile à ciascuno, che si sia dato in preda al senso, & i giouani specialmente, a' quali par con troppo lor danno morire innanzi tempo; spauentoso à quelli che pensano à gl'errori de quali è piena questa nostra vita mortale, & della vendetta, che suole pigliare la giustitia di Dio, nella eterna pena, de i Peccatori. All'incontro io in questa mia età (Dio sempre gratia) mi ritrouo libero dall'vno, & l'altro di questi trauagli: dall'vno, perche io son certo & sicuro, che non posso ammalarmi, hauendo leuate le cagioni del male con la mia santa medicina; dall'altro, che è quello della morte, perche dall'vso hormai di tanti anni, ho imparato à dar luogo alla ragione: onde non solo mi pare brutta cosa temer quello, che non si può fuggire, ma spero anchora quando ch' io sia giunto à quel passo, di sentire anch' io

alcu-

alcuna consolatione della gratia di Giesù Christo. Oltre che se bene io sò, che debbo come gl'altri giungere al fine, questo fine però è anchora da me tanto lontano, ch'io nol posso discernere, perch'io sò di non morire; se non per pura resolutione, hauendo già con la regolata forma del viuere mio ferrate alla morte tutte le altre vie, & impediti i passi à gli humori del mio corpo, di non farmi altra guerra, che quella, che mi fanno gli Elementi venuti insieme alla mia generatione. Che io non sono sì sciocco, ch'io non conosca essendo generato, che mi conuien morire. Ma bella & desiderabil morte è quella, che ci dà la natura per via di resolutione. Si perche la natura hauendo ella fatto il legame della vita, troua più facilmente la via di scioglierlo, & indugia più tardi, che non fa la violentia delle infermità: questa è quella morte, che senza fare il Poeta, si può chiamare, morte non già vita: che non può esser altrimenti. Questa non viene, se non dopò lo spatio d'vna lunghissima età, & per forza d'vna grandissima debolezza; perche à poco à poco, & con gran tempo, si riducono gli huomini in termine, che non possono più camminare, & à pena ragionare, diuentando & ciechi, & sordi, & curui, & pieni d'ogni altro male; anchor io (per Dio gratia) posso essere certo di essere molto lontano da tal fine; anzi hò à credere, che l'anima mia, che ha così buona stanza nel mio corpo, non vi ritrouando altro, che pace, amore, & concordia, non solo tra i suoi humori ma anchora tra il senso, & la ragione, gode, & se ne stà contentissima. Si che ragioneuol cosa è, che

vi bi-

vi bifogni gran tempo, & forza d'anni à farnela vfcire. Onde è per certo da concludere, ch' io debba viuere molti anni, fano & prosperofo, godendo quefto bel mondo, che è bello à chi fe lo sà far bello, come ho faputo fare io; & fperando di poter far il fimile per gratia di Dio nell'altro anchora, & tutto per il mezzo della virtù, & della fanta vita regolata, allaquale mi pofì, facendomi amico della ragione, & nimico del fenfo, & dell'appetito, cofa che facilmente può far ogni vno, che voglia viuere, come ad huomo fi conuiene. Ora fe quefta vita fobria è così felice, fe il fuo nome è così vago & diletteuole, la fua poffeffione così ferma & certa, altro vfficio non mi refta, eccetto che pregare (poi che con oratoria perfuafione non poffo confequire il defiderio mio) ciafcun' huomo d'animo gentile & di rational difcorfo dotato, ad abbracciare quefto ricchiffimo theforo della vita. Ilquale fi come auanza tutte le altre ricchezze & beni di quefto mondo (apportandoci la vita lunga & fana) così merita da tutti effere amato, ricercato, & conferuato fempre. Quefta è quella diuina fobrietà, grata à Dio, amica alla Natura, figliuola della Ragione, forella delle Virtù, compagna del viuere temperato, modesta, gentile, di poco contenta, regolata, & diftinta nelle fue operationi. Da lei, come da radice, nafce la vita, la fanità, l'allegria, l'industria, i studij, & tutte quelle attioni, che fono degne d'ogni animo ben creato & composto. A lei fauorifcono le leggi diuine & humane. Da lei fuggono, come tante nebbie dal Sole, le repletioni, i difordini, le crapule, i fouerchi hu-

mori,

mori, le distemperie, le feбри, i dolori, & i pericoli della morte. La sua bellezza alletta ogni animo nobile. La sua sicurezza promette à tutti gratiosa & durevole conseruatione. La sua facilità inuita ciascuno con poco disturbo, all'acquisto delle sue vittorie. Et finalmente ella promette d'esser grata & benigna custoditrice della vita, tanto del ricco quanto del pouero, tanto del maschio quanto della femina, tanto del vecchio quanto del giouane: Come quella che al ricco insegna la modestia, al pouero la parsimonia, all'huomo la continenza, alla Donna la pudicitia, al vecchio la difesa della Morte, al giouane la speranza del viuere, più ferma & sicura. La sobrietà fa i sensi purgati, il corpo leggiero, l'intelletto viuace, l'animo allegro, la memoria tenace, i mouimenti spediti, le attioni pronte & disposte. Per lei, l'anima quasi sgrauata del suo terrestre peso, proua gran parte della sua liberta: i Spiriti si muouono dolcemente per le arterie: corre il sangue per le vene: il calore temperato & soauo, fa soauo & temperati effetti: & finalmente queste potenze nostre, seruano con bellissimo ordine, vna gioconda & grata harmonia. O santissima & innocentissima Sobrietà, vnico refrigerio della Natura, madre benigna della vita humana: vera medicina così dell'animo, come del corpo nostro, quanto debbono gli huomini laudarti, & ringratiarti de i tuoi cortesi doni? Poscia che tu doni loro la via di conseruare quel bene, la vita dico & la sanità, di cui non piacque à Dio, che il maggiore si prouasse per noi in quello mondo, essendo la vita & l'essere;

cosa tanto naturalmente da ciascun viuente apprezzata, & volentieri custodita. Ma perche io non intendo hora formare vn Panegirico di questa rara & eccellente Sobrietà, farò fine, per essere anchora sobrio in questa parte: non già perche di lei non si possano dire infinite cose; ma appresso le raccontate, affine di rimettere a più comoda occasione il rimanente delle sue lodi.



COMPENDIO DELLA
COMPENDIO
DELLA VITA
SOBRIA
DEL MEDESIMO.



AVENDO così, com'io desideraua, il mio Trattato della vita sobria cominciato à giouare à quelli, che sono nati di trista complessione, poi che questi ogni tratto per ogni picciolo disordine che fanno, per cagione della loro debil complessione, si sentono così indisposti, che peggio non potriano sentirsi, che ciò veramente non auuiene à quelli, che sono nati di buona: & però quelli di trista per viuere sani, hauendo veduto il sopradetto Trattato, alcuni sono posti à tale vita; certificati per la esperientia quanto essa gioui. Et così vorrei giouare à quelli che son nati di buona: perche fondandosi sopra quella, viuono in vita disordinata; onde come peruengono alla età delli LX. anni, ò là intorno, si fanno difettosi di diuersi mali, & dolori: chi di gotte, chi di fianco, chi di stomaco, & altri simili mali, ne quali non entrerebbono se si ponessero alla vita sobria: & si come muoiono di quelli prima che peruengano alla età delli LXXX. anni; viuerebbono infino alli cento, termine conceduto da Dio, e dalla nostra madre Natura à noi suoi figliuoli. Et è da

credere, ch'essa vorrebbe, che ogn'vno aggiungeſſe à tale termine, accioche tutti godeſſero di ogni Eta. Ma perche il naſcer noſtro, è ſottopoſto alle reuolutioni de i Cieli, eſſi in queſto noſtro naſcere hanno grande forza, maſſime nelle buone, e triſte compleſſioni, che à queſto eſſa Natura non può prouedere; che potendo prouedere, gli farebbe naſcere tutti di buona. Ma ſpera che naſcendo l'huomo con l'intelletto & ragione, eſſo da ſe poſſa con arte ſupplire à quello, che i Cieli gli hanno leuato, & con l'arte della vita ſobria ſappiano liberarſi dalla triſta compleſſione, e viuere lungamente, e ſempre ſani: perche non è dubbio, che l'huomo con l'arte non poſſa in parte liberarſi dalla inclinatione de' Cieli; eſſendo opinione commune, che i Cieli inclinano, ma che non ſforzano: onde li Sapienti diſſero; Che l'huomo ſauo domina le ſtelle. Io naequei molto colerico, tal che non ſi poteua praticare meco; & me n'auiddi, & conobbi che vn colerico era pazzo à tempo, quel tempo, dico, nelquale era deſtinato dalla colera; perche non haueua ragione in ſe, nè intelletto, e mi deliberai di liberarmi con ragione da tale colera; ſi che hora ſe ben ſon nato colerico, non però uſo tal'atto, ſe non in parte: e quello che è nato di triſta compleſſione, può ſimilmente con il mezzo della ragione, & vita ſobria, viuere ſano, & lungamente, come ho fatto io, che naequei di triſtiſſima: tal che era coſa impoſſibile, che poteſſi viuere oltre all'età delli XXXX. anni, & mi trouo in quella delli LXXXVI. ſano, & proſperoso: e ſe non foſſe che nelle mie lunghe, & eſtreme infermità, che

tante n'hebbi nella giouentù quando li Medici mi abbandonarono, che per quelle à me fu leuato gran parte dell'humido radicale, il quale non si può più reacquistare, spererri di giungerci al termine sopradetto. Ma conosco per ragione, che sarà cosa impossibile, & à questo, come io poi dimostrarò, non vi penso: basta affai à me, habbia viuuto XLVI. anni di più di quello, che doueua; & che in questa così lunga età tutti li miei sentimenti siano nella loro perfettione, & infino li denti, la voce, la memoria, & il cuore: ma sopra tutto il ceruello è più in essere, che fosse giamai; nè per lo multiplicare delli anni non perdono; è questo procede perche anchora io cresco dell'ordine della vita sobria, che si come gli anni multiplicano, così io scemo la quantità del cibo nel mangiare: & questo scemare è necessario, nè si può fare di meno, si come non si può viuere sempre; & appresso alla fine della vita, l'huomo si riduce à non più mangiare, ma à forbire con difficultà vn rosso di ouo il giorno, è à finire per resolutione senza dolori & mali, come farò io: & questo molto importa: & ciò ne auerrà à tutti quelli che teneranno vita sobria, & sia di che conditione, e grado si sia, ò grande, ò mezano, ò picciolo; perche tutti siamo prodotti di vna sola specie, & delli quattro Elementi. E perche il viuere sano, e lungamente, debbe esser molto apprezzato dall'huomo, come poi dirò; concludo che è obligato à fare ogni opera per viuere; & non si debbe promettere di viuere lungamente senza il mezzo della vita sobria: perche habbia sētito dire che alcuni uiueno non tenendo tal vita infino all'età delli cento anni sem-

ni sempre sani, e con mangiare assai, & di ogni cibo, e be-
 uendo di ogni vino: e però prometterfi che così à loro
 auerrà: ma ciò facendo, fanno due errori: il primo, che
 fra centomila non ne nasce vno tale. L'altro, che tali si
 amalano, & muoiono con male: nè mai sono sicuri della
 la Morte senza male & infermità; talche la via & vita
 sicura del viuere si è passati almeno li XL. anni, il po-
 nerfi alla vita sobria; laquale non è difficile da tenere,
 hauendola tenuta tanti altri per lo passato, come si leg-
 ge, & hora molti la tengono, come faccio io, e pur sia-
 mo huomini; & l'huomo essendo animale ragioneuole,
 fa tanto quanto vuole. Questa vita consiste se non in
 queste due cose, quantità, & qualità. La prima, che
 è la qualità, consiste solo in non mangiare cibi, nè bere
 vini contrarij allo suo stomaco: la quantità consiste,
 che non si mangi, e beui se non quanto facilmente può
 esser digerito da quello: Lequali quantità, & qualità
 debbono pur esser conosciute dall' huomo, come è per-
 uenuto alla età delli XXXX. anni, ò L. ò LX. e
 quello che tiene tali due ordini, viue in vita ordinata, e
 sobria; laquale ha tanta virtù, e forza che gli huomini
 di quel corpo si fanno perfettissimi, concordi, & adu-
 nati: liquali così fatti buoni, non possono esser posti in
 moto, nè in alteratione per ogn'vno delli altri disordini
 che si faccia, come è per patir freddo, e caldo, e souer-
 chia fatica, vigilie, & altri, se non sono estremissimi.
 Non potendosi adunque, in corpo che tiene li due ordi-
 ni della bocca, metterfi li suoi humori in alteratione, e
 causar febre, dallaquale proceda la morte auanti tem-

po; dunque è obligato ogni huomo à tenerli, sendo co-
sa certa, che chi non li tiene sì per tali disordini, come
per i tanti altri che sono infiniti; & per ogni vno di
quelli, è sempre in pericolo di male, & di morte; per-
che viue in vita disordinata, e non sobria. E ben vero,
che anchora quelli che tengonò le due bella bocca, che
è vita sobria, per ogni vno delli altri disordini, facen-
doli, si risente per vno, ò due giorni, ma non già di fe-
bre, e così anchora si risente per la reuolutione delli
Cieli; ma nè Cieli, nè tali disordini possono metter in
alteratione gli humori di chi tiene vita sobria, & è cosa
ragioneuole, e naturale, perche li due disordini della
bocca sono interiori, e gli altri sono esteriori; Ma per-
che sono alcuni attempati molto sensuali, che dicono,
che nè quantità; nè qualità di cibi, nè vini gli nuoceno,
e così mangiano assai, e d'ogni cosa, e beuono, perche
non fanno in che parte del suo corpo sia lo suo stomaco:
per certo sono pur fuor di modo sensuali, & amici della
gola: A questi si risponde, che quello che dicono non
può esser in natura, perche bisogna, che chi nasce, nasca
con complezione ò calida, ò frigida, ò temperata; &
che li cibi calidi giouino alli calidi, & li frigidì al frigi-
do, e li distemperati al temperato, è cosa impossibile in
natura: quali sopradetti molto sensuali, pur non posso-
no dire, che non si amalano qualche volta, e che poi si
liberano con lo tenerli vacuati con medicine, e con vna
stretta dieta: Onde si vede, che il male loro procede,
per repletione di assai cibo, e di cibi contrarij al suo sto-
maco. Sono altri pur attempati, che dicono, che è loro
necessa-

necessario il mangiare assai, & il bere, per potere sostenere il suo calor naturale, che si va scemando, per lo multiplicare de gli anni; & che sono astretti à mangiare assai, & cibi che piacciono alli loro gusti, ò frigidì, ò calidi, ò temperati; & che se viuessero in vita sobria, che tosto morirebbono. Si risponde, che la nostra madre natura, perche lo suo vecchio possa conseruarsi, ha proueduto, che con poco cibo possa viuere come viuo io; perche il molto non può esser digerito dal stomaco del vecchio, & impotente: nè può costui dubitare di morire per cagione del puoco mangiare, se con il pochissimo, quando è amalato si libera, che pochissimo è quello della dieta, con laquale si risana; e se con pochissimo si risana, e ritorna in vita, come può dubitare, che con mangiare vna quantità maggiore; che maggior quantità è quella della vita sobria, non si possa tenere in vita, sendo sano? Altri dicono, che è meno male à patire tre, ò quattro volte all' Anno delli loro soliti mali, ò di gotte, ò di fianchi, ò altri mali; che patire poi tutto l' Anno per non contentare il suo appetito nel mangiare tutto quello, che più gusta al suo gusto; sendo certi, che con la medicina della pura dieta si possono liberare da quelli. Si risponde, che multiplicando gli Anni, e scemandosi per quelli il calore naturale, che la dieta non può hauere sempre tanta virtù, quanto ha forza il disordine della repletione: tal che sono astretti à morire da questi suoi mali; perche quelli abbreviano la vita, si come la sanità la conserua. Altri dicono, che è meglio viuere dieci anni meno, che lasciar di conten-

tare il suo appetito . A questi si risponde , che'l viuere lungamente si debbe molto apprezzare da gli huomini di bell' intelletto : ma de gli altri è poco danno se non è apprezzato , perche questi fanno brutto il Mondo , & è se non bene, che morano . Ma è male, che quelli di bell' intelletto morano : perche se vno è Cardinale , à forza passati gli L X X X. anni , e Papa ; se è di Republica , Duce ; se è di lettere , è tenuto come vn Dio in terra ; e così tutti gli altri nelle loro profefsioni . Altri poi sono , che come vengono alla Età; benchè naturalmente lo stomaco loro si faccia men potente al digerire , non vogliono perciò scemare il cibo, anzi accrescerlo, e perche mangiando due volte al giorno, non possono digerire tanta quantità, si deliberano di mangiare vna sol volta, accioche l' interuallo lungo da vno pasto all'altro sia quello che operi , che tanto cibo possano mangiare in vna volta di quello, che mangiauano indue: & così mangiano tanta quantità , che lo stomaco caricato di tanto cibo, viene à patire, e farsi tristo, e conuertire quel cibo souerchio in tristi humori ; e questi amazzano l' huomo auanti tempo . Io non viddi giamai vno che si ponesse à tal vita, che viuesse lungamente: e questi pur viuerebbono, se come à loro moltiplicano gli anni , scemassero la quantità del cibo, & mangiassero più volte al giorno, ma poco alla volta ; perche lo stomaco vecchio non può digerire gran quantità, ma poca ; & il vecchio ritorna nel mangiare, come fanciullo, che màgia molte volte al giorno . Altri dicono , che la vita sobria ben può conferuare l'huomo in sanità, mà che non può prolungarli la vita: Si

risponde, che si è veduto per il tempo passato chi se l'ha prolungata; & hora si vede, che la prolungo io. Non si può già dire, che essa la possa abbreviare, si come l'abbrevia l'infermità; che non è dubbio, ch'essa non l'abbrevi. Però è men male viuere sano sempre, che molte volte amalato, per conseruarsi l'humore radicale. Onde con ragione si può concludere, che la santa vita sobria sia vera madre della sanità, e vita lunga. O sacrosanta vita sobria tanto gioueuole à gli huomini, giouandoli tanto come gli gioui, che tanto li fai viuere, che si fanno sì ragioneuoli per la lunga Età, che con la ragione si liberano da gl'amari frutti del senso, nemico della ragione, che è propria dell'huomo; i quali amari frutti sono le passioni, e le perturbationi: & oltre lo liberati anchora dall'horrendo pensiero della morte. O quanto io tuo buon discepolo à te son tenuto, perche per te godo questo bel Mondo, che veremente è bello à chi se lo sà far bello con il tuo mezzo, come ho saputo farmelo io: nè in altra età quando era giouane, e tutto sensuale, e che viueua in vita disordinata, mai potei farmelo sì bello, se ben per godere ogni età, non sparmiai à spesa, nè ad altro: ma trouai che tutti i piaceri di quelle etadi, haueuano i suoi contrarij: talche non conobbi mai, che il Mondo fosse bello, se non in questa età. O veramente felice vita, che oltre le tante sopradette gratie, che concedi al tuo vecchio, gli riduci il suo stomaco in tanta bontà, e perfettione, che gusta più il puro pane, di quello che già gustaua nella giouentrà i più delicati cibi: & questo operi, perche sei ragioneuole, sapendo,

pendo, che il pane è il più proprio cibo dell' huomo, quando è accompagnato con voglia di mangiare; e nella vita sobria ha esso sempre questa naturale compagnia, perche mangiandosi sempre poco, il stomaco che ha poco carico, ha sempre fra poco termine voglia di mangiare; e per questo il puro pane tanto si gusta: & io lo prouo per esperienza, e dico che tanto lo gusto, che dubiterei di errare nel vizio della gola, se non fosse, che sò che è necessario di mangiarne, & che non si può mangiare cibo più naturale. E tu madre Natura, che sei tanto amoreuole al tuo vecchio per conseruarlo oltra, gli hai proueduto, che con poco cibo possa conseruarsi; & per darli maggior fauore in questo, e più giouarli: gli dimostri, che si come nella sua giouentù mangiava due volte il giorno, che nella sua vecchiezza debba quel cibo delle due, diuiderlo in quattro: perche così diuiso, farà più facilmente digerito dallo stomaco suo; e si come giouane gustava due sole volte al dì, che in vecchiezza ne gusti quattro, pur che vadi scemando la quantità, si come moltiplicano gli anni: & così offeruo io, si come mi dimostri, e però li miei spiriti, che non sono oppressi dal molto cibo, ma solamente sustentati; sono sempre allegri, e la virtù sua si dimostra maggiore dopo il cibo: onde sono astretto dopo il mangiare à cantare, e poi à scriuere; nè mai il scriuere dopoi il mangiare à me nuoce, nè l' intelletto mio mai è più buono di quello che è all' hora, nè à me dopo il mangiare vien sonno, perche il poco cibo non può mandare dallo stomaco alla testa fumi. O quanto è gioueuole al vecchio il poco mangiare;

giare; & io che lo conosco, mangio se non tanto quanto à me basta per viuere; & i miei cibi sono questi. Prima il pane, la panatella, ò brodetto con ouo, ò altre simili buone minestrine: di carne, mangio carne di Vitello, Capretto, e di Castrato: mangio polli di ogni sorte, mangio Pernici, & uccelli, come è il Tordo: mangio anchora delli Pesci, come è fra li falsi, la Orata, e simili, e fra li dolci, il Luccio, e simili: questi sono cibi tutti appropriati al vecchio, & debbe pur contentarsi di questi, e non volerne d'altri, sendo tanti. E quel vecchio, che per pouertà non può hauere di quelli, può conservarsi con il pane, panatella, & ouo: & in vero non può mancare al Pouero, se esso non è mendico, e come si suol dire, surfante; e di questi non si debbe pensare, perche sono peruenuti à questo per la sua dappocaggine, e stanno meglio morti che viui, perche abruttano il Mondo. Ma se ben' il Pouero mangia se non pane, panatella, & ouo, non bisogna che mangi se non la quantità, che può digerire; e quello che offerua la quantità, & la qualità, non può morire se non per pura resolutione senza male: O quanta differenza si vede dalla vita ordinata alla disordinata; l'vna fa viuere sani, e lungamente: l'altra fa viuere con infermità, e morire auanti tempo: Onde si vede, che la disordinata, è infelice. O infelice, e miserabil vita, nemica mia, che non fai far altro che amazzare quelli, che ti seguitano: quanti miei carissimi parenti; & amici mi hai amazzati, perche à me non hanno creduto per causa tua, che li goderei hora: ma non hai potuto
amaz-

amazzar me, che volóntieri l'haueresti fatto: & al tuo dispetto son viuo, & son peruenuto à tanta lunga Età; godo vndici miei Nepoti, i quali sono tutti di bello intelletto, e di gentil natura, atti alle lettere, & alli buoni costumi, e tutti di bella vita, e forma, che hauendo seguito te, non li goderei: nè queste mie belle & comode stantie, fabricate da me con tanti appartati giardini, che à redurli alla loro perfettione, vi ha bisognato gran tempo: e tu amazzi chi ti segue, prima che le sue fabriche, e giardini siano finiti: & io li godo già tanti anni à tua confusione. Ma perche tu sei Vitio tanto pestifero, che ammorbì, & aueleni tutto il mondo; & io volendo; con ogni mio potere, da te in parte liberarlo: ho deliberato di operare in modo contro di te, che vndici miei Nipoti, dopo me, siano quelli, liquali ti facciano conoscere per quella trista, e vitiosa che sei, nimica mortale di tutti gli huomini, che nascono: per certo molto mi admiro, che gli huomini di bell'intelletto, che pur ne sono, i quali sono peruenuti in alto grado ò di lettere, ò d'altro, non si pongano à tale vita almeno quando sono peruenuti alla Età delli cinquanta ò sessanta anni, all' hora che cominciano à risentirsi di qualchuno de' mali sopradetti: che facilmente si delibererebbono, si come tal male inuechiato, è fatto incurabile: & non mi marauiglio delli gioueni, perche quella Età è dominata dal senso, e la sua vita è dominata da quello; ma per certo passati li cinquanta anni, l'età debbe esser dominata in tutto dalla Ragione: che

che fa conoscere, che'l contentare il suo gusto, & appetito, è infermità, e morte: Et se quel piacere del gusto fosse lungo, si potrebbe sopportare; ma à pena non è principiato, che è finito: e le infermità, che procedono da quello, sono lunghissime. Ma certo è vna grande contentezza dell'huomo di vita sobria, che come ha mangiato, è sicuro che quel cibo lo terrà sano, e che non potrà giamai per quello hauer male.

Hor ho voluto dare questa aggiunta al mio Trattato di poche parole, ma con altre ragioni; perche la lunga lettura è da pochi veduta, e la breue da molti; & io desidero che

molti la veggano, per
giouare à mol-

ti.



1802 47
A M O R E V O L E
E S S O R T A T I O N E

D E L M E D E S I M O .

*Nellaquale con vere ragioni persuade ogn'vno à seguir la
vita ordinata & sobria, affine di peruenire alla lunga
età, nellaquale l'huomo può godere tutte le gra-
tie, & beni, che Iddio per sua bontà à
mortalì si degna concedere .*



PER non mancar del debito alquale ogni
viuente è tenuto; & per non perdere ad
vn tratto il diletto, che io prendo di gio-
uare, ho voluto scriuere & far sapere à
quelli che non fanno, perche non mi
pratticano, quello che fanno, & veggono coloro che mi
pratticano. Ma perche ad alcuni pareranno certe cose
impossibili, & difficili à credere, nientedimeno vere,
essendo, & vedendosi in fatto, non mancarò di scriuerle
à beneficio d'ogniuno. Perilche io dico, essendo (per la
Iddio gratia) giunto all'età di 95. anni, & ritrouando-
mi sano, prosperoso, allegro, & contento, io di continuo
ne laudo la sua Diuina Maestà di tanta gratia fattami;
vedendo poi per l'ordinario in tutti gli altri vecchi, che
à pena arriuan all'età di 70. anni, che sono mal sani,
con poca prosperità, malinconici, & discontenti, & di
continuo stanno in vn pensiero di morte; & dubitano di
di in

dì in dì di morire; del che farebbe cosa impossibile à leuargli di mente tal pensiero, ilquale à me non dà noia alcuna; percioche io non posso in alcun modo pensar à tal cosa, come poi dimostrerò più chiaramente. Et oltre di questo apertamente farò veder l'assicurezza ch'io ho di viuere fino alla età di cento anni. Ma per meglio ordinare questa mia scrittura, principierò dal nascere dell'huomo, & così verrò discorrendo sin'alla morte di esso.

Dico adunque, che alcuni nascono così mal viui, che non viueno se non pochissimi giorni, ò mesi, ò anni; & la cagione di così poca vita, non si può chiaramente sapere se venga ò per difetto del padre, ò della madre nel generarli, ò per la reuolution de Cieli, ò per difetto di Natura, astretta però da essi Cieli; percioche io non potrei creder giamai, che essend'ella madre di tutti, fosse partigiana con suoi figliuoli, doue che non potendosi saper la cagione, è di necessità rimetterfi à quello, che ogni giorno si vede in fatto. Altri nascono ben viui & sani, ma di trista & debile complessione, & di questi alcuni viueno fino alla età delli dieci anni, & chi delli 20. altri delli 30. & 40. anni, ma non però arriuanò alla vecchiezza. Altri nascono poi con perfetta complessione, & quelli giungono alla vecchiezza, ma pur sono, per il più, vecchi mal conditionati (come di sopra ho detto) & di questa mala conditione, & indispositione essi stessi ne sono cagione; & questo perche senza ragione alcuna troppo si promettono sopra la loro perfetta complessione, & non vogliono à patto alcuno mutar modo di viuere dalla età giouenile, alla vecchiezza, come se ancor
in se

in se tenessero l'istesso vigor di prima; anzi disordinatamente attendono à viuere così nella vecchiezza, come fatt'hanno in tutto il tempo della sua giouentù, non pensando giamai di diuenir vecchi, nè meno che alla sua complessione manchi vigore. Nè men pensano, che'l suo stomaco habbia perduto il suo calor naturale; & che per questo bisogna hauer più consideratione alla qualità de cibi, e vini; & così anco alla maggior quantità di essi, scemandola: ma anzi per il contrario cercano di accrescerla, dicendo che perdendo l'huomo la prosperità per lo inuecchiare, bisogna conseruarla con più quantità di cibi, essendo il mangiare quello che conserua l'huomo in vita; & nondimeno essi di gran lunga s'ingannano, percioche si come nell'huomo v'è mancando il calore per l'età, così è di mestieri scemar il mangiar & bere, essendo che la natura si contenta di poco per conseruare il vecchio: anzi essi se ben lo douerebbono credere con ragione, non lo credono, ma seguitano la sua solita disordinata vita, laquale se al suo tempo la lasciassero, & si mettessero alla vita ordinata & sobria, venirebbono vecchi, come son'io, ben conditionati, essendo per gratia del grande Iddio nati di così buona & perfetta complessione, & viuerebbono sino alli 120. anni, come han viuuto de gl'altri c'han tenuto vita sobria, come in molti luoghi si legge, i quali di ragione erano nati di questa così perfetta complessione, della quale se io ancora fossi nato, punto non dubiterei di non aggiungere à quella etade. Ma perche io nacqui di trista, dubito di non passare li cent'anni, & così anco se gl'altri,

30 ESSORTATIONE DELLA

che medesimamente nascono di trista, si fossero posti alla vita ordinata, come ho fatt' io, sarebbono prosperamente giunti alli cento & più anni; come aggioongerò io. E questo esser sicuro di viuere molt'anni à me pare esser cosa bella, & da stimar molto, non si trouando alcuno che sia pur sicuro di viuere vna sol' hora, se non quelli, che tengono vita sobria, ilqual fondamento & sicurtà di viuere è fondato sopra buone & vere ragioni naturali, che non ponno mai mancare, essendo cosa impossibile in Natura, che colui che tiene vita ordinata & sobria, possa amalarsi, nè morire per morte non naturale auanti tempo, si come al suo è necessario che mora; Ma auanti non può morire, perche essa vita sobria ha virtù di leuare tutte le cagioni che causano il male, & il male non può venire senza causa; laquale, leuata che sia, è leuato il male; & leuato il male, è leuato la morte non naturale. Et non è dubbio alcuno, che la vita ordinata & sobria non babbia virtù & forza di leuar tali cagioni, sendo quella che opera che gli humori, i quali tengono sano & amalato, viuo & morto l'huomo, si come sono buoni & tristi, che essendo che di tristi che sono, si fanno buoni & perfetti, percioche essa ha questa virtù naturale di farli tali, che à forza si vniscono, adeguano, & legano insieme in modo che più non si possono separare, ò metterli in moto, ouer alteratione; dallequali cose nascono poi febri crudeli, & finalmente la morte. Ben'è vero, nè si può negare, che ancor che sieno fatti buoni, non è però che' l tempo, ilquale consuma ogni cosa, non consumi & risolua ancora tali humori; & che consumati

che

che sono, l'huomo conuien morire per morte naturale, & senza male, come auuenirà à me, che morirò al mio tempo quando essi humori faranno consumati, che hora non sono, ma anzi buoni; & non può esser altrimenti, essendo io così sano, allegro, & contento, che mangio con appetito, e dormo quietamente: & di più li miei sentimenti sono tutti nella loro bontà, & perfettione; l'intelletto è più che mai netto & purgato; il giudicio saldo; la memoria tenace, il cuor grande; & la voce, che suol esser prima ad abbassarsi, à me è inalzata, & fatta sonora: la onde son'astretto à cantare le mie orationi mattina e sera ad alta voce, si come già le diceua con sumnessa e bassa. Et tutti questi sono certi & veri inditij & segni, che li miei humori son o buoni, & che non si possono consumare se non con tempo, come concludono tutti quelli che mi praticano. Oh che vita gloriosa sarà questa mia, essendo piena di tutte le felicità, che si possono goder' in terra; & anco essendo (come in vero è) libera dal bestial senso, ilqual è scacciato dalla ragione per la lunga età; perche doue è lei, il senso non vi può hauer luogo, nè meno li suoi amari frutti, che sono le passioni, le perturbationi, & li tristi pensieri. Nè anco in me può hauer luogo il pensiero della morte, non vi essendo cosa alcuna sensuale. Nè la morte de' miei Nipoti, & altri parenti, ò d'amici mi può dar noia se non nel primo moto, ma subito è leuata: e menò mi può turbare il perdere di facultà (come han veduto molti con grande loro ammiratione.) E questo solo auiene à chi vien vecchio per la via della vita sobria, & non per quella della forte comple-

plessione, & anco godono felicemente la sua vita, come fo io in continui solazzi, & piaceri. E chi non la goderebbe, non hauendo in tal vecchiezza contrarietà alcuna? si come hanno quelli delle altre etade giouenili; che ne hanno infiniti, come si sà, & hora più chiaro dimostrerò, che questi miei non ne hanno alcuna. Il primo de' quali solazzi è il giouare alla sua cara patria: oh che glorioso solazzo è questo, del quale infinitamente ne godo con dimostrargli il modo che vi è per conseruar la sua così importante laguna, & porto; si che non si possi atterrare se non passati migliara di anni; per la qual cosa Venetia conseruarà il marauiglioso & stupendo nome di Città Vergine, come è, non essendone altra al mondo: & oltra aggrandirà il grande & alto suo pronome di Regina del mare; questo io godo, & non vi manco niente. Vn'altro poi ne godo, dimostrando ad essa Vergine & Regina, il modo che vi è per farla abundantissima di vittuarie con il ridurre campi inutili à grande vtilitate, si di paludi, come di campagne aride, con grande auanzo oltra la spesa. E quest'altro solazzo godo, che non ha contrario alcuno, il quale è, che io dimostro come Venetia si può far più forte, se ben è fortissima, & inespugnabile: più bella, se ben è bellissima: più ricca, se ben è ricchissima; & di miglior aere, se ben è di perfetto. Questi tre solazzi tutti fondati sopra il giouare, io con gra contentezza godo. E chi è colui, che à questi potesse trouar contrario alcuno, non ve ne essendo? Godo poi quest'altro, che hauendo perduto vna notabile quantità d'intrata, leuata à miei nipoti per mala fortuna, io con
il pen-

il pensier solo che non dorme, & non con fatica corporale, se non poca di mente, ho trouato il vero, & infallibile modo di rifar tal danno doppiamente, pel mezzo della vera & lodeuole agricoltura. Vn'altro solazzo ancor godo, che'l mio Trattato, che composti della vita Sobria per giouare, io veggio che gioua, come mi affermano alcuni à bocca, i quali dicono che gli gioua grandemente, & poi si vede in fatto: & altri con lettere dicono, che la vita loro, dopo Dio, da me dipende. Ancora vn'altro solazzo io godo, che è il scriuere di mia mano; percioche scriuo assai per giouare, si in architettura, come in agricoltura. E godo poi vn'altro, che è il ragionare con huomini di bello & alto intelletto, dalli quali ancora in questa età imparo. Oh che solazzo è questo, che in questa età non vi si pone fatica allo imparare per cosa grande, alta, & difficile ch'ella si sia. Et di più voglio dire, ancor che ad alcuni paia cosa impossibile, & che in alcun modo possa essere, che in questa età godo ad vn tratto due vite, l'vna terrena con l'effetto, & la celeste col pensiero, ilquale ha virtù di far godere, quando è fondato sopra cosa che si sia per douer godere, si come io son certo che goderò quella per la infinita bontà & misericordia del grande Iddio. Godo adunque questa terrena, mercè della vita ordinata & sobria, tanto grata à sua Maestà, per esser piena di virtù, & nimica del vitio. E godo (mercè di esso grande Iddio) la celestiale, che me la fa godere col pensiero, ilquale mi ha leuato il poter pensar'ad altro, che à questa cosa, la qual

qual tengo & affermo per più che certa: & tengo che questo nostro morire non sia morire, ma vn transito che fa l'anima da questa vita terrena ad vna celeste, immortale, & infinitamente perfetta, & non può essere altrimenti: E questo alto pensiero è tanto alzato, che non può più abbassarsi à cose mondane, e basse, come è al morir di questo corpo: ma solamente al viuer in vita celeste e diuina, onde che io vengo à godere due vire. Nè questo tanto godere ch' io fo hora in questa vita à me, può dar col suo finire noxia alcuna, ma si ben gioia infinita, sendo questo suo finire vn dar principio ad vn'altra vita gloriosa, celeste, & immortale. E chi è quello; che potesse hauer à noia vn tanto bene, tanto contento, & tanta gratia, come hauerò io? Laqual cosa auuenirebbe ad ogni altr'huomo, che tenesse la vita, che ho tenuta io, laquale si può tenere da ogn'vno, percioche io non son se non huomo, & non Santo, ma seruo di Dio, alquale tal vita ordinata molto piace: Et perche molti huomini si pongono alla santa e bella vita spirituale, e contemplatiua piena di orationi; Oh se questi si mettessero anchora del tutto alla vita ordinata & sobria, quanto più grati si renderiano al sommo Iddio, & anco abellirebbono il mondo; percioche tenuti in terra veri padri santi, come già erano tenuti quelli antichi, che pur tal vita sobria offeruauano, oltre alla spirituale: & similmente, viuendo fino alla età di 120. anni per virtù di Dio fariano anch'essi infiniti miracoli, come essi faceuano; & di più, sempre fariano sani, contenti, & allegri, doue hora sono, per la maggior parte, mal sani, melanconici, & discon-

scontenti. Et perche alcuni credono queste cose esserli
 date per sua salute dal grande Iddio, acciò facciano in
 questa vita penitenza delli suoi errori; Io dirò, che à
 mio giudicio s'ingannano, percioche io non posso cre-
 dere, che Iddio habbia à bene, che' l suo huomo, ilquale
 tanto ama, viua amalato, melanconico, & discontento;
 ma anzi sano, allegro, & contento; perche anco in co-
 tal modo viueuano li Santi Padri, & si faceuano sempre
 migliori serui di sua Maestade, facendo tanti e si belli
 miracoli, come si legge. Oh che bel mondo, & gode-
 uole farebbe hora questo, come all' hora, & ancò molto
 più bello; perche hora vè sono molte Religioni & Mo-
 nasterij, che non v'erano all' hora, nelli quali se fosse te-
 nuta la vita Sobria, vi si vederiano quantirà di veneran-
 di vecchi, à tal che seria vna merauiglia; nè per questo
 mancherebbono alla vita ordinata dalle sue Religioni,
 anzi la crescerebbono; porche da ogni vna Religione è
 conceduto per suo viuere il mangiar pane, bere del vi-
 no, & oltra de gli oui alcuna volta, & delle carni ad al-
 cuna; & oltra di questo le minestre de legumi, salate,
 frutti, & torte di oui, liquali cibi molte fiata gli nucco-
 no, & ad alcuni leuano la vita; ma perche gli sono con-
 ceduti dalli suoi ordini, gli v'fano, pensando forse, che
 lasciandoli, fariano errore, ilche non fariano, anzi faria-
 no gran bene, se passati li 30. anni, lasciassero quelli, & si
 mettessero à viuere con pane nel vino, & con panatella
 di pane, & oui con pane; & questa è la vera vita per con-
 seruare l' huomo di trista complessione, & è vita più lar-
 ga di quella che era tenuta dalli Santi Padri antichi nelli
 deser-

deserti, i quali mangiauano solamente frutti saluaticchi, & radici d' herbe, & beueuano acqua pura, & pur uiueuano, come ho detto, lungamente, sani, allegri, & contenti. Et così fariano questi de' nostri tempi, & insieme troueriano più facile la via di salir' al Cielo, ilquale stà sempre aperto ad ogni fedel Christiano; percioche così il nostro Redentor Christo lo lasciò quando di là sù discese, venendo in terra à spargere il suo pretioso sangue per liberar noi dalla tirannica seruitù del Diauolo; & tutto questo per immensa sua bontade. Si che per concluder il mio ragionamento, dico, che essendo (come è in vero) la lunga età piena & colma di tante gratie & beni; & di più essendo io vno di quelli che li gode, non posso mancare, (non volendo mancar di carità) di render testimonianza, & far ad ogn' vno pienissima fede, che molto più godo di quello che hora scriuo; & che la cagione del mio scriuere altro non è, se non affine che vedendo vn tanto bene, ilquale prouiene da questa lunga etade, ogn' vno si disponga di offeruar questa tanto lodata vita ordinata & sobria. Per laquale di continuo me ne vò gridando viuete viuete, accioche siate migliori serui di Dio.



2 37
L E T T E R A

S C R I T T A

DAL SIG. LVIGI
C O R N A R O,

AL REVERENDISS. BARBARO,
Patriarcha eletto di Aquileia.

REVERENDISSIMO SIGNORE.



VERAMENTE, che l'intelletto dell'huomo tiene alquanto del diuino:& diuina cosa fu quella, quando trouò il modo del potere, scriuendo, ragionare con vn altro lontano. Fu poi cosa in tutto diuina quella della Natura, che volse che vno così lontano potesse vedere l'altro con gli occhi del pensiero, si come io vedo voi Signor mio: Et con questa vi ragionarò cose piaceuoli, & che molto giouano: è ben vero, che farà tal ragionamento sopra cosa altre volte ragionata, ma non in questa età di 91. anno; onde io non posso mancare, perche più che à me moltiplicano gli anni, la mia prosperità più si augmenta: effetto che fa stupire ogn'vno: Et io che sò da quale cagione procede, sono astretto à dimostrarla, & fare conoscere che si può possedere vn Paradiso terrestre dopo l'età delli 80. anni: ilquale possedo io; ma non si può possedere se non con il mezzo della santa Continenza, & della vir-

H

tuosa

tuosa vita sobria, amate molto dal grand' Iddio, perche sono nemiche del senso, & amiche della ragione hor Signore per ragionare, vi dico, che in questi giorni furono dame molti Eccellenti Dottori di quelli che leggono in questo studio, sì Medici, come Filosofi, informatissimi della mia età, & del viuer mio, & costumi: sapendo com'era pieno d'allegrezza, di sanità, & che tutti gli miei sentimenti erano in perfezione; & di più la memoria, il cuore, l'intelletto, & anco infino la voce, & denti: & oltra sapeuano, che io scriueua di mia mano otto hore al giorno Trattati per giouare al mondo, & molte altre hore passeggiua, & altre cantaua: O Signore, quanto è fatta bella la mia voce, che se mi vdiste cantare le mie orationi, aggiuntoui il suono della lira, come faceua Dauid, vi certifico, che ne hauereste gran solazzo, tanto io canto sonoramente. Et oltra quanto haueuano detto li sopradetti, replicauano, che per certo era cosa marauigliosa il tanto mio scriuere, & sopra materie d'intelletto, e di spirito. Del che, Signore, è cosa incredibile dell'appiacere, & contento ch'io godo di questo scriuere; ma sendo il scriuer mio, per giouare, da voi Signore potete comprendere di che grandezza sia il mio solazzo. Dissero poi alla fine che io non poteua essere tenuto per vecchio essendo le mie operationi da giouane, & non come quelle delli altri vecchi, che come sono peruenuti alli ottanta anni, sono tutte da vecchissimi; & oltra chi è difettoso di gorte, chi di fianco, & chi di altro male: & per liberarsi sono soggetti à continue pirole, e fontanelle, & medicine, con simili altri impazzi, che veramente danno grande noia; & pur se vi è qualch'vno che non habbia infermi-

fermità, patisce poi nelli sentimenti, che è ò nel vedere, ò nell'vdire, ò in vno delli altri, che è non poter caminare, ò le mani gli tremano: & se ne fusse vno libero dalli sopradetti contrarij, non ha la memoria in perfectione, nè il cuore, nè l'intelletto, nè viuerebbe allegro, contento, & piaceuole, come fo io. Ma che oltrà tante gratie, che io ne possedeua, vna estrema era, laquale li faceua stupire, perche è in tutto fuora di natura, che io possa tenermi viuo già 50 anni con l'estremo contrario che è in me, che è mortalissimo, alquale non se li può prouedere, perche è naturale, & è proprietá occulta inserta nel mio corpo dalla Natura; & è, che ogni anno come entra Luglio infino per tutto Agosto, quelli due mesi non possa beuer vino, sia di qual sorte di vua si voglia, & così vino di qual paese si voglia; ilquale vino, oltra che à tal tempo si fa tutto contrario, & nemico del gusto mio, mi nuoce allo stomaco: tal che perdendo il mio latte, che veramente è latte del vecchio il vino; & non hauendo modo di beuere, perche le acque alterate & preparate, non possono hauere la virtù del vino; non mi giouano; la onde non hauendo che beuere, & essendo lo stomaco disconcio, non posso mangiare se non pochissimo, & questo poco mangiare, & non hauere vino, mi riduce dopò mezzo Agosto in vna estrema debolezza mortale, nè à me gioua brodo di cappone consumato, nè altro rimedio, talche per debolezza mi riduco infino alla morte, & non per altro male, se non per pura debolezza; & che essi concludeuano, che se il vino nuouo, che ho sempre preparato al principio di Settembre, tardasse, che sarebbe cagione della mia morte: ma che più,

stupiuano, che tale vino nuouo hauesse virtù di ritornarmi in due ò tre giorni la prosperità leuatami dal vino vecchio, si come haueuano veduto in questi giorni; cosa che non si crederebbe da chi non la vedesse. Et molti anni continui (diceuano) si come alcuni di noi Medici l'habbiamo veduto, & già diece anni giudicato, ch'era cosa impossibile, che potesse viuere al più vn'anno ò due, con così mortale contrario, augumentando gli anni; & pur vediamo, che questo anno hauete hauuto meno debolezza. Questa cosa, & tante altre gratie, che si ritrouano in me, gli haueuano astretti à conchiudere, che tante gratie ridotte in vna, era stata gratia speciale in me, concedutami nel nascere dalla Natura, ò da i Cieli; & per prouare questa sua conclusione per buona; che è falsa (perche non è fondata sopra ragioni e fondamenti fermi, ma sopra sue opinioni) furono sforzati à dire di bellissime, & alte cose, con vna estrema eloquentia. Per certo Signore la eloquenza ha grande forza in huomo d'alto intelletto, & tanta che fa credere, che quello, che non è, nè possa essere, che pur sia. Io hebbi, vdendoli, vn grande appiacere, e solazzo, che veramente è grande solazzo l'vdire vn simile ragionamento da simili. Vn'altro appiacere pieno di contento hebbi all' hora, considerando, che la lunga età con la esperienza ha forza di fare vno non dotto, dotto: perche è essa vero fondamento delle vere scienze; & che io con tal mezzo sapeua che la conclusione sua era falsa. Siche vedete Signore come gli huomini s'ingannano nelle sue opinioni, quando non sono fondate sopra fondamenti reali. Et io per sgannarli; & per giouarli,

uarli, gli risposi, che la sua conclusione era falsa, come gli fa veder in fatto, che la gratia che è in me, non è speciale, che è generale; & ogni huomo la può godere, perche io sono se non semplice huomo, come sono tutti gli altri composto delli quattro elementi; & che ho oltre l'essere, e viuere; il senso, l'intelletto & la ragione; & con l'intelletto e ragione nasce ogni huomo; perche il grande Iddio hà voluto, che'l suo huomo, che tanto ama, habbia questi beni, e gratie di più delli animali, che hanno se non il senso, acciò che esso huomo possa con tali beni, & gratie conseruarsi sano lungamente; tal che la gratia è vniuersale conceduta da Dio, & non dalla Natura, ò da i Cieli; ma l'huomo mentre che è giouine, perche è più sensuale, che ragioneuole, seguita il senso; & essendo poi peruenuto alla età di quaranta ò cinquanta anni, debbe pur sapere che all'hora è giunto alla metà della sua vita con fauore della giouentù, & dello stomaco giouine, fauori naturali, che gli hanno dato fauore al montare; ma che è per dismontare verso la morte con disfauore della vecchiezza; & che la vecchiezza è contraria alla giouentù, si come è contrario il disordine, dell'ordine: la onde è necessario di mutare vita nel suo mangiare, e bere, dalli quali dipende il viuere sano & lungamente, & essendo stata vita sensuale, e senza ordine la prima, che la seconda sia ragioneuole con ordine; perche senza ordine niuna cosa si può conseruare; & meno delle altre la vita dell'huomo, si come si vede in fatto che il disordine nuoce, & l'ordine gioua; & è cosa impossibile in natura, che colui che vuole contentare il gusto, & l'appetito,

non

non faccia disordine; & io per non fare disordine (peruenuto alla età matura) mi posi alla vita ordinata, & sobria; vero è, che al leuarmi dalla non sobria hebbi difficoltà; & per leuar la prima, pregai Dio, che mi concedesse la sua virtù della continenza, sapendo che il prego mio sarebbe esaudito; poi sapendo, che quando vn' huomo vuol fare vna bella impresa, che sà, che la può fare, ma con difficoltà; pur la può facilitare, deliberandosi ostinatamente di volerla fare, & la fa; così mi deliberai io; onde mi posi à poco à poco à leuarmi della vita disordinata; & così à poco à poco à mettermi alla ordinata; & con tali modi mi posi alla vita sobria: talche dapoi à me non è stata di no-
 glià, se bene fui astretto à tenere tal vita strettissima alla qualità e quantità delli cibi e vini, sendo io, come sono, di tristissima complessione; ma gli altri che sono di buona, possono mangiare di molte altre sorti e qualità di cibi, e in maggior quantità, e così beuere vini: la onde se ben la sua sarà vita sobria, non però ella farà vita stretta come la mia, ma larga. Et vdi le mie ragioni da quelli, & veduti li fondamenti, tutti conchiusero, che quanto io haueua detto, tanto era; ma vno, il più giouine, disse, che concedeuà, che la gratia fosse vniuersale, ma che io almeno haueua hauuto questa gratia speciale di poter facilmente leuarmi da vna vita, & ponermi all'altra; cosa che esso trouaua per esperienza fatibile, ma difficilissima à lui, si come à me è stata facile. Io gli risposi, ch'essendo huomo come lui, che anchora è stata à me difficile; ma che ad vn' huomo non è cosa honesta, il lasciare vna impresa bella, che può fare, e lasciarla per difficoltà, perche più che ha difficoltà, più
 acqui-

acquista honore, & fa cosa più grata à Dio; perche esso desidera, che si come ha instituita la vita all' huomo di molti anni, che ogn'vno li peruenghi: sapendo che come l'huomo passa l'età delli 80. anni, che è liberato in tutto dalli amari frutti del senso, & pieno di quelli della santa ragione: tal'che à forza li vitij, e li peccati si lasciano; e però esso Dio desidera, che lungamente si viua: & ha ordinato, che colui che viue al suo termine naturale sopradetto, che finisca la sua vita senza male per resolutione, che è vn fine naturale, & vn'uscire d'vna vita mortale, per entrare in vna immortale, come auenirà à me; & son certo che morirò cantando le mie orationi: nè hora à me dà noia l'horrendo pensiero della morte, se bene sò che per la lunga età sono profsimo à quella, pensando, che nacqui per morire, & che tanti sono morti in minor età della mia: nè meno mi dà noia l'altro pensiero compagno del sopradetto, che è il timor delle pene che si patiscono per li peccati dopò morte; perche io son buon Christiano, & sono astretto à credere, che sarò liberato da quelle, per virtù del sacratissimo sangue di Christo, che vuole spargerlo, per liberare noi suoi fedeli Christiani da tali pene. O che bella vita è la mia, ò che felice fine farà il mio. Et dette da me le sopradette cose, il giouine non replicò altro, se non che disse, che era determinato di mettersi alla vita sobria, per fare vn tanto auanzo, come haueua fatto io: ma che ne haueua fatto vn'altro molto importante, che si come haueua vna gran voglia per lo suo inuecchiare, che hora desideraua di inuecchiare tosto, per tosto poter godere la godeuole età vecchia. Il gran desiderio, Reueren-
 dissi-

diffimo Signore, che io haueua di ragionare con voi, mi ha sforzato di esser lungo, & sforzami di ragionare anchora, ma poco. Signore, vi sono alcuni molto sensuali, i quali dicono, ch'io hò gettato via il tempo & la fatica, à comporre il Trattato & gli altri discorsi della vita sobria, acciò che la si tenga; perche è cosa impossibile à farla: la onde tal Trattato farà vano come quello della Republica di Platone, che si affaticò in scriuer cosa che non si poteua fare, onde conchiudono, che'l suo Trattato è vano; e che così farà il mio. Di questi io molto mi marauiglio, che pur veggono nel Trattato, c'ho tenuta la vita sobria molti anni auanti, che la scriuessi, nè l'hauerei scritto, se non haueffi veduto prima, ch'ella era vita che si poteua tenere; & anco conosciuto, che giouaua grandemente; che era vita virtuosa, & essendoli io obligato, fui astretto à scriuere, acciò ch'ella fusse conosciuta per quella che è: & sò che molti, visto il Trattato, si hanno posti à tale vita; e per lo passato, come si legge molti l'hanno tenuta; talche la oppositione che cade in quello della Republica non cade nel mio della vita sobria. Ma à tali sensuali nemici della ragione, & amici del senso, stà bene, se mentre procurano di satiare ogni lor gusto & appetito, incorrono in trauagliose infermità, & bene spesso auanti tempo s'incontrano nella morte.

I L F I N E.

2
118h, 8

ML

